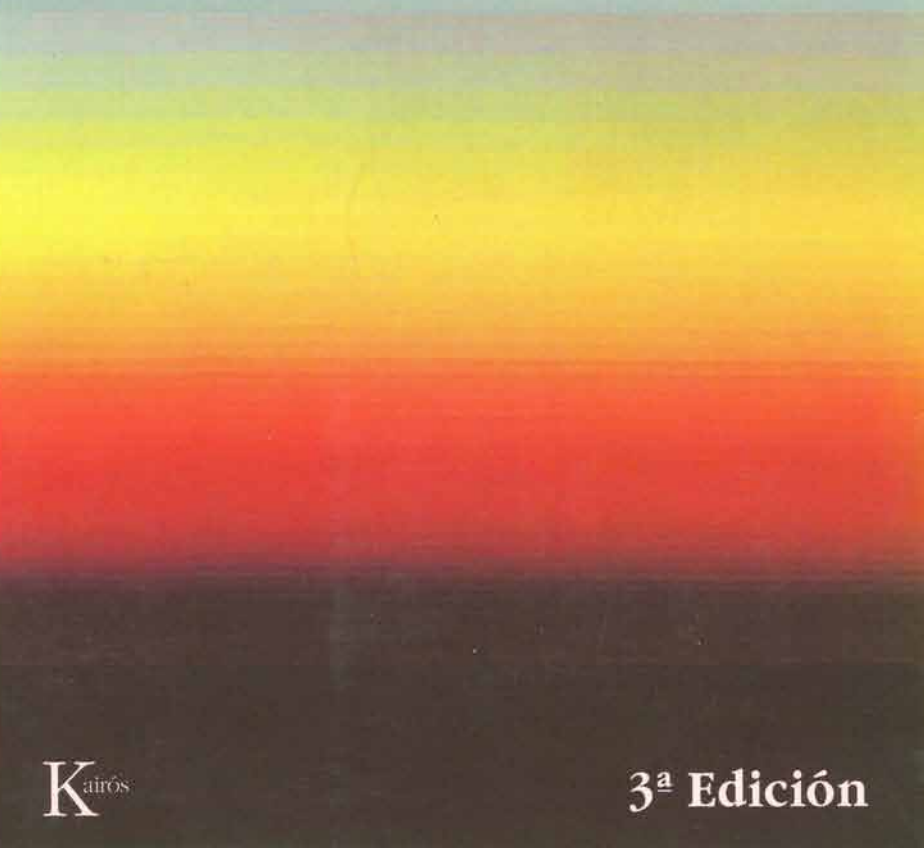
Ken Wilber

# EL ESPECTRO DE LA CONCIENCIA



Kairós

3ª Edición

# EL ESPECTRO DE LA CONCIENCIA

Ken Wilber

# EL ESPECTRO DE LA CONCIENCIA

editorial Kairós
Numancia, 117-121
08029 Barcelona

Título original: THE SPECTRUM OF CONSCIOUSNESS
Traducción: Enric Tremps
Diseño portada: Manuel Planas Pessarrodona

© 1977 by Ken Wilber
© de la edición en castellano:
1990 by Editorial Kairós, S.A.

Primera edición: Junio 1990
Segunda edición: Mayo 2004
Tercera edición: Enero 2005

ISBN: 84-7245-212-3
Dep. Legal: SE-2401-2004

Fotocomposición: Pomertext. Lepanto, 264, 3.° E, 08013 Barcelona
Impresión: Publidisa

Con cariño y amor dedico
*El espectro de la conciencia*
a John W. White.

# AGRADECIMIENTOS

Deseo hacer partícipes de mi aprecio a los autores y editores cuyas obras se citan en este libro, y para el uso de cuyos fragmentos me han otorgado amablemente su autorización.

KEN WILBER

Hutchinson Publishing Group Ltd., 3 Fitzroy Square, Londres, editores de *The Zen Doctrine of No-Mind*, por D. T. Suzuki; *Essays in Zen Buddhism*, por D. T. Suzuki, y *The Collected Works of Ramana Maharshi*, editado por Arthur Osborne.

Harper and Row, editores y J. Krishnamurti, autor de *The First and Last Freedom*, edición Quest, Theosophical Publishing House, Wheaton, 1954.

Geoffrey W. Bonsall, director, Hong Kong University Press, por *Open Secret* y *All Else is Bondage*.

Las siguientes obras de Erwin Schroedinger publicadas por Cambridge University Press: *What Is Life?* (1967); *Mind and Matter* (1967); y *My View of the World* (1964).

Pantheon Books, división de Random House Inc., editores de la versión inglesa de *The Supreme Doctrine*, del doctor H. Benoit, © 1955.

*Language, Thought and Reality*, 1965, de B. L. Whorf, Massachusetts Institute of Technology Press.

*Gestalt Therapy Verbatim*, de F. Perls, Real People Press, 1969.

Harper and Row, Publishers, Inc., editores de *Zen Buddhism and Psychoanalisis*, 1960, del doctor Erich Fromm, y *The Practice of Zen*, por Garma C. C. Chang, 1959.

*The Politics of Experience*, de R. D. Laing, Penguin Books Ltd., 17 Grosvenor Gardens, Londres, 1967; Ballantine, N. Y., 1967.

*The Zen Teaching of Huang Po*, por J. Blofeld, publicado por Grove Press Inc., N. Y., 1966.

*The Central Philosophy of Buddhism*, Murti, George Allen and Unwin Ltd., Londres.

Routeledge & Kegan Paul Ltd., por la obra de D. T. Suzuki *Studies in The Lankavatara Sutra* © 1968; *Tractatus Logico Philosophicus* de L. Wittgenstein © 1961; y a Humanities Press por su edición de la última.

*The Collected Works of C. G. Jung*, editado por Herbert Read, Michael Fordham, Gerhard Adler, William McGuire, traducción de R. F. C. Hull Bollingen, serie XX, volumen 8, *The Structure and Dynamics of the Psyche*, segunda edición © 1969, Princeton University Press, N. J.

*Journal of Transpersonal Psychology*, 1975, n.º 2, artículo titulado «The Psychologia Perennis», de Ken Wilber.

Coward, McCann & Geoghegan Inc., por el derecho de adaptación de dos ilustraciones de *Depression and The Body*, de Alexander Lowen, doctor en medicina, © 1972.

*Hinduism and Buddhism*, A. K. Coomaraswamy, Philosophical Library Inc., © 1943.

# INTRODUCCIÓN

*«No hay ciencia del alma sin bases metafísicas ni remedios espirituales a su disposición.»* Podría decirse que el único propósito de este volumen es simplemente el de apoyar y documentar esta declaración de Frithjof Schuon, manifestada además elocuentemente por los siddhas, sabios y maestros de todos los tiempos y lugares. En términos generales, nuestra ciencia actual del alma ha quedado reducida a algo tan insignificante como la reacción de unas ratas en laberintos de aprendizaje, el complejo individual de *Edipo*, o desarrollo elemental del *ego*, con cuya reducción no sólo ha quedado cegada nuestra visión de las profundidades del alma, sino que ha contribuido a la destrucción de nuestra propia comprensión espiritual tradicional y a alinearla en monótona conformidad con la visión unidimensional del hombre. Se ha negado lo de «arriba» e ignorado lo de «abajo», y se nos ha pedido que nos quedásemos en el centro, paralizados. A la espera quizá de averiguar lo que haría una rata en dicha situación o, a un nivel ligeramente más profundo, en busca de inspiración en los remanente del *ello*.

Sin embargo, aunque parezca extraño, no tengo nada que objetar en cuanto al estado particular de nuestra ciencia del alma, sino sólo en cuanto a la monopolización del alma por parte de dicho estado. La tesis de este volumen es, básicamente, que la conciencia es pluridimensional, o que está aparentemente compuesta por muchos niveles; que cada escuela importante de psicología, psicoterapia y religión se centra en un nivel distinto; que dichas escuelas, por consiguiente, no son contradictorias sino complementarias, siendo cada enfoque más o menos correcto y válido, aplicado a su propio nivel. De este modo, se puede llevar a cabo una auténtica síntesis de

los enfoques principales de la conciencia; síntesis, y no eclecticismo, que evalúe *por un igual* las introspecciones de Freud, Jung, Maslow, May, Berne y otros destacados psicólogos, así como las de los grandes sabios espirituales desde Buda hasta Krishnamurti. Esto coloca, como Schuon destacaría, las *raíces* de la psicología en el fértil terreno de la metafísica, pero sin perjudicar en modo alguno sus ramas. En estas páginas confío en que el lector hallará lugar para el *ego*, el *superego* y el *ello*, pero también para la totalidad del organismo, para el yo transpersonal y, finalmente, para la conciencia cósmica, fuente y apoyo de todo lo demás.

Escribí este libro durante el invierno de 1973, aproximadamente cuando terminaba mis estudios de poslicenciatura. Evidentemente, desde entonces se han publicado muchos libros y artículos pertinentes e importantes, y mis propias ideas sobre la psicología del espectro han progresado considerablemente. Por ello, he agregado breves notas al texto, he incluido un cuadro bastante detallado en el capítulo diez y he actualizado la bibliografía, a fin de abarcar algunos de esos descubrimientos recientes.

En los tres años que mediaron entre la redacción y la publicación de este volumen, tuve la suerte de encontrarme con bastantes personas dispuestas a ofrecer su tiempo, trabajo y apoyo a mis esfuerzos hasta entonces solitarios. Los más destacados fueron Jim Fadiman y John White, a quienes acudí en diciembre de 1973 con el manuscrito. A Jim Fadiman le estoy profundamente agradecido por su inagotable entusiasmo, así como por sus esfuerzos para encontrar la editorial idónea para este libro. En cuanto a John White, es un hombre con un corazón inmenso. De no haber sido por su persistencia, así como sus esfuerzos inagotables y siempre entusiastas en mi nombre, esta obra no habría llegado a publicarse. Dedico *El espectro de la conciencia* con cariño y amor a John, que tiene *Corazón de Fugen*.

A Don Berquist, Vince LaCoco y Lou Gilbert, mi profundo agradecimiento por sus especiales favores. Mi cariñoso reconocimiento a Geri Gilbert por haber seguido mis ideas y,

durante mucho tiempo, haber sido prácticamente el único que las comprendía. Les doy también las gracias a mis padres, Ken y Lucy, por ayudarme en tantos sentidos y, sobre todo, por haber logrado silenciar su incredulidad respecto al tema elegido, logro magnífico y que no debe ser subestimado por parte de dos personas que a lo largo de los años habían creído que el budismo era tan molesto como una irritación de la piel y una afrenta a sus propias creencias, pero que ahora contemplan la perspectiva de dedicarse a la meditación trascendental. A Huston Smith, mi profundo aprecio por una carta sumamente útil y benévola. A mi esposa, Amy, sólo mi amor.

Debo mucho a Rosemarie Stewart y Clarence Pedersen, de la Theosophical Publishing House. No sólo se mostraron amables y generosas con su apoyo y aliento, sino que hicieron todos los sacrificios necesarios para acomodar mis deseos e ideas en el producto final. Les debo muchísimo y jamás olvidaré su esfuerzo.

Evidentemente, cualquier obra que pretenda ser una «síntesis de las psicoterapias orientales y occidentales» ha de quedar muy lejos de cumplir su cometido. Sólo puedo decir que lo que figura a continuación es un breve esbozo, el bosquejo mínimo de este increíble espectro que denominamos conciencia. Aunque sólo algunas ramas de nuestra ciencia del alma vuelvan a descubrir por este camino un acceso al «arriba», o una apertura al «abajo», esta obra habrá cumplido su cometido.

KEN WILBER

*Lincoln, Nebraska, septiembre de 1976*

# PRIMERA PARTE

# EVOLUCIÓN

Así que no podemos eludir el hecho de que el mundo que conocemos ha sido construido con la finalidad de verse a sí mismo. Pero para lograrlo, evidentemente debe antes dividirse por lo menos en dos estados, uno que ve y otro que es visto.

G. SPENCER BROWN

La conciencia, en su naturaleza original, es pura, tranquila y está por encima del dualismo de sujeto y objeto. Pero aquí aparece el principio de particularización y con la aparición de este viento de acción, se agitan las olas sobre la serena superficie de la mente. Ahora está diferenciada o en evolución hacia niveles superiores.

D. T. SUZUKI

Existe así una incesante multiplicación del inagotable Uno y una unificación de lo indefinidamente Muchos. He ahí los principios y fines de los mundos y de los seres individuales: expandidos desde un punto sin posición ni dimensiones y ahora sin fecha ni duración.

ANANDA K. COOMARASWAMY

# 1. PRÓLOGO

William James, en una muy conocida cita, afirmó lo siguiente:

> Nuestra conciencia normal cuando estamos despiertos no es más que un tipo especial de conciencia, separada por una finísima película de otras formas potenciales de conciencia completamente distintas. Podemos pasarnos toda la vida sin sospechar siquiera su existencia, pero apliquemos el estímulo necesario y se manifestarán en toda su amplitud...
>
> Ninguna descripción del conjunto del universo que deje dichas formas de la conciencia en el completo olvido podrá ser definitiva. La cuestión estriba en cómo considerarlas... En todo caso, nos impiden hacer un balance prematuro de la realidad.

El propósito de esta obra es facilitar un marco para dicha descripción del universo. Ahora bien, este marco es, primordialmente, una síntesis de lo que, en general, aunque con cierta vaguedad, suelen denominarse enfoques «orientales» y «occidentales» para la comprensión de la conciencia; y debido a la naturaleza extraordinariamente amplia y compleja de ambos enfoques, esta síntesis es, por lo menos en ciertos aspectos, deliberadamente simple. Puede que una analogía física contribuya a aclarar este enfoque.

Nuestro ambiente está saturado de diversas formas de radiación. Además de la luz común, visible, de varios colores, existen los rayos X, los rayos gamma, los rayos térmicos infrarrojos, la luz ultravioleta, la radiofrecuencia y los rayos cósmicos. A excepción de la luz visible, la existencia de las demás radiaciones era desconocida hasta hace unos doscientos años, cuando William Herschel inició la exploración de dichas radiaciones, después de demostrar la existencia de la «radiación

térmica» (conocida actualmente como infrarroja), utilizando tan sólo unos termómetros con la cubeta oscurecida en distintas bandas de la gama solar. Poco después del descubrimiento de Herschel, Ritter y Wollaston, sirviéndose de instrumentos fotográficos, detectaron la radiación ultravioleta y a finales del siglo XIX, con la utilización de diversas técnicas e instrumentos, se había demostrado experimentalmente la existencia de los rayos X, los rayos gamma y las radiofrecuencias.

Todas estas radiaciones, a nivel superficial, son muy distintas entre sí. Los rayos X y los gamma, por ejemplo, tienen una longitud de onda muy corta, lo que los convierte en sumamente potentes y capaces de afectar gravemente los tejidos biológicos. La luz visible, por otra parte, es de una longitud de onda muy superior, mucho menos potente y por consiguiente es excepcional que cause daño alguno al tejido biológico. Desde este punto de vista, son realmente distintos. Como ejemplo adicional, tengamos en cuenta que los rayos cósmicos tienen una longitud de onda inferior a una millonésima de pulgada, mientras que ciertas radiofrecuencias tienen una longitud de onda de más de un kilómetro y medio. Qué duda cabe de que estos fenómenos, a primera vista, parecen radicalmente distintos.

Sin embargo, curiosamente, todas estas radiaciones se consideran en la actualidad como formas diversas de una onda electromagnética esencialmente característica, ya que todos estos rayos aparentemente distintos comparten una amplia gama de propiedades en común. En el vacío se desplazan todos a la velocidad de la luz; están todos compuestos de vectores eléctricos y magnéticos perpendiculares entre sí; son todos ellos cuantificables en forma de fotones; etcétera. Dado que, a este nivel tan «simple», dichas formas de radiación electromagnética son fundamentalmente tan semejantes, en la actualidad se las suele considerar como componentes de una sola gama. Es decir, que se habla de los rayos X, la luz visible, las radiofrecuencias, la radiación infrarroja y la ultravioleta como distintas bandas de un mismo espectro, al igual que las

diferentes bandas de color del arco iris constituyen la gama visible. Así pues, una serie de fenómenos que antes se consideraban completamente independientes, se interpretan ahora como variaciones de un mismo fenómeno básico, y así, los primeros científicos, debido a los distintos instrumentos que utilizaban, se limitaron a «conectar» con distintas frecuencias o niveles de vibración del espectro, inconscientes de que estaban todos ellos estudiando el mismo proceso básico.

La radiación electromagnética consiste, por consiguiente, en una gama de ondas de energía de distinta longitud, frecuencia y energía, que oscilan entre los «finísimos» y «sumamente penetrantes» rayos cósmicos, y las radiofrecuencias de mayor «densidad» y menor energía. Comparemos ahora esto con la descripción del lama Govinda de la visión del budismo tibetano de la conciencia. Al hablar de los distintos tonos, bandas o niveles que componen la conciencia, Govinda afirma que dichos niveles «no constituyen capas independientes... sino que su naturaleza es más bien la de unas formas de energía mutuamente penetrantes, desde la "radiante" conciencia luminosa más sutil y que todo lo impregna, hasta la forma más densa de "conciencia materializada", que se manifiesta en nuestro cuerpo físico y visible».[1] En otras palabras, esta descripción de la conciencia es muy semejante a la del espectro electromagnético y diversos investigadores occidentales, inspirados precisamente por descripciones como la anterior, han sugerido que podría ser provechoso considerar la conciencia como «espectro».

Si consideramos la conciencia como un espectro, cabe esperar que distintos investigadores, en particular los comúnmente denominados «orientales» y «occidentales», debido a la diversidad de instrumentos lingüísticos, metodológicos y lógicos utilizados por los mismos, «conecten» con distintas bandas o niveles de vibración del espectro de la conciencia, al igual que los primeros científicos que estudiaron la radiación conectaron con distintas bandas de la gama electromagnética. También cabe suponer que los investigadores, tanto «orientales» como «occidentales», no son conscientes de que conectan

con distinas bandas o niveles del mismo espectro, por lo que la comunicación entre ellos llega a ser particularmente difícil y ocasionalmente hostil. Cada investigador puede estar en lo cierto cuando habla de su propio nivel y, por consiguiente, todos los demás investigadores conectados a distintos niveles pueden parecer completamente equivocados. La controversia no se resolvería consiguiendo que todos los investigadores se pusieran de acuerdo entre sí, sino si se dieran cuenta de que todos hablan de un mismo espectro visto desde distintos niveles. Esto equivaldría casi a una discusión entre la señora Curie y William Herschel sobre la naturaleza de la radiación, en el caso de que ninguno de ellos comprendiera que se trataba de un espectro. La señora Curie, que trabajaba exclusivamente con rayos gamma, afirmaría que la radiación afecta las placas fotográficas, que es extremadamente poderosa y que puede dañar gravemente los organismos, mientras que William Herschel, cuyo trabajo se limitaba a los rayos infrarrojos, no estaría de acuerdo con ninguna de dichas afirmaciones. Evidentemente, ambos estarían en lo cierto, puesto que trabajaban en distintas bandas del espectro, y al darse cuenta de ello cesaría la discusión y se comprendería el fenómeno de la radiación mediante una síntesis de toda la información adquirida en cada uno de los niveles, que es exactamente como lo interpretan los físicos en la actualidad.

Nuestra expectativa de que, si la conciencia es un espectro, entonces la comunicación entre los investigadores orientales y occidentales sería difícil, debido a que unos y otros trabajan en un nivel vibratorio distinto, es exactamente lo que ocurre en la actualidad. A pesar de que hay numerosas e importantes excepciones, el consenso general de la comunidad científica occidental es que la mente «oriental» es regresiva, primitiva, o en el mejor de los casos simplemente débil, a lo que el filósofo oriental probablemente respondería que el materialismo científico occidental representa la forma más basta de ilusión, ignorancia y carencia espiritual. Por ejemplo, Franz Alexander, en representación de una rama de la civilización occidental llamada psicoanálisis, afirma que «las evi-

dentes similitudes entre las regresiones esquizofrénicas y la práctica del yoga y del Zen, simplemente indican que la tendencia general de las culturas orientales es la de retraerse hacia el interior de uno mismo, ante una realidad social y física abrumadoramente difícil».[2] D. T. Suzuki, en representación del enfoque oriental, afirma a guisa de respuesta que «el conocimiento científico del sí mismo no es auténtico conocimiento..., el conocimiento del sí mismo sólo es posible... cuando se dan por terminados los estudios científicos (y el científico) abandona sus artefactos de experimentación y se confiesa incapaz de proseguir con sus investigaciones...».[3]

Siguiendo con la analogía, este tipo de discusiones abunda debido a que cada investigador habla de y desde una banda diferente del espectro de la conciencia; sin embargo, si se dieran cuenta de ello, dejarían de discutir, ya que sólo cabe sustentar legítimamente una discusión cuando ambos participantes hablan en el mismo nivel. Estas discusiones se verían sustituidas, en su mayor parte, por algo parecido al principio complementario de Bohr. La información procedente de distintos niveles vibratorios de las bandas de la conciencia, aun siendo a nivel superficial tan diferentes como los rayos X y las radiofrecuencias, se integrarían y sintetizarían en un solo espectro, un arco iris único. El hecho de que cada enfoque, cada nivel, cada bando no fuera más que un componente del conjunto de las bandas, no comprometería en absoluto la integridad ni el valor de los niveles individuales, ni el de la investigación realizada en cada uno de dichos niveles. Por el contrario, cada banda o nivel, como manifestación particular del espectro, sólo es lo que es en virtud de las demás bandas. El color azul no es menos hermoso por el hecho de existir junto a los demás colores del arco iris, y su propio color depende de la existencia de los demás colores, ya que si el azul fuera el único color que existiera, seríamos incapaces de verlo. En una síntesis de este género, ningún enfoque, oriental u occidental, tendría nada que perder, sino que todos ellos se incluirían en un contexto universal.

A lo largo de este libro, cuando se habla de la conciencia como espectro, o como conjunto de numerosas bandas o nive-

les de vibración, trata de algo estrictamente metafórico. Hablando con propiedad, la conciencia no es un espectro, pero resulta útil describirla como tal, a efectos de comunicación e investigación. Dicho de otro modo, lo que hacemos es crear un *modelo*, en el sentido científico de la palabra, semejante al modelo de Michaelis-Menton de la cinética de las enzimas, el modelo octovalente del núcleo atómico, o el modelo de excitación visual basado en la fotoisomerización de la rodopsina. Para completar esta introducción al espectro de la conciencia, sólo falta una breve identificación de los niveles básicos de la conciencia de los que se ocupará esta síntesis.

Entre la infinidad de niveles posibles que nos ofrecen las revelaciones del psicoanálisis, el budismo Yogacara, el análisis junguiano, el hinduismo Vedanta, la terapia Gestalt, el Vajrayana, la psicosíntesis y demás escuelas, se han seleccionado tres bandas principales (y cuatro menores que se describirán más adelante), por su simplicidad y su fácil identificación. He aquí la denominación de dichos niveles: 1) nivel del ego, 2) nivel existencial y 3) nivel de la mente. (Las bandas inferiores reciben los nombres de transpersonal, biosocial, filosófica y niveles de las sombras.) La naturaleza de esta síntesis comenzará a comprenderse cuando nos demos cuenta de que numerosos investigadores de la conciencia han estudiado dichos niveles desde puntos de vista ligeramente distintos y, por consiguiente, uno de nuestros objetivos consiste en tamizar y coordinar sus conclusiones. Por ejemplo, el doctor Hubert Benoit se refiere respectivamente a estos tres niveles como conciencia objetal, nivel subjetal de la conciencia y nivel del principio absoluto. Wei Wu Wei los denomina nivel del objeto, del seudosujeto y del sujeto absoluto. En el budismo Yogacara reciben los nombres de *mano-vijnana*, *manas* y *alaya*. De estos niveles también se han ocupado otros célebres investigadores como William James, D. T. Suzuki, Stanislav Grof, Roland Fischer, Carl Jung, Gurdjieff, Shankara, Assagioli, John Lilly, Edward Carpenter y Bucke, entre muchos otros. También es de un interés especial para nosotros el hecho de que numerosos psicólogos (aun sin proponérselo deli-

beradamente) hayan limitado sus investigaciones a uno de dichos niveles principales; sus conclusiones son de una importancia enorme para clarificar y caracterizar cada nivel individual. Las más importantes en este sentido son la escuela del psicoanálisis, la psicología existencial, la terapia Gestalt, el conductismo, la terapia racional, la psicología social y el análisis transaccional.

En otras palabras, lo que comenzará a emerger de nuestro estudio del espectro de la conciencia no será sólo una síntesis de los enfoques de la psicología y psicoterapia orientales y occidentales, *sino también una síntesis y una integración de los principales enfoques de la psicología y psicoterapia occidentales*. A estas alturas, sin entrar en detalles y «sin revelar todavía el secreto», digamos tan sólo que las distintas escuelas de psicología occidentales, como la freudiana, la existencial y la junguiana, se concentran en general en distintos niveles del espectro de la conciencia, y por consiguiente pueden integrarse a su vez en una «psicología espectral» auténticamente abarcadora. A mi entender, la razón principal de que en Occidente existan cuatro o cinco diferentes escuelas importantes de psicología y psicoterapia, se debe a que cada una de ellas se ha concentrado en una banda o nivel principal del espectro (a saber: la sombra, el ego, el nivel biosocial y el existencial). La relación entre dichas escuelas es en realidad complementaria, y no antagónica o contradictoria, como generalmente se supone. Estoy convencido de que esto quedará perfectamente claro con el desarrollo de este estudio.

Conste que esta síntesis no pretende en modo alguno resolver los conflictos que existen en la actualidad dentro de un mismo nivel; como, por ejemplo, en el caso de que, al nivel del ego, alguien que padece angustia fóbica de hablar en público, ¿debe dirigirse al psicoanalista o al psicólogo conductista? Sólo con el transcurso del tiempo y de la experimentación llegaremos a deslindar el mérito respectivo de cada enfoque. Sin embargo, el propósito de esta síntesis es responder a preguntas como la siguiente: «Me siento generalmente desgraciado en la vida, ¿debo recurrir a la psicoterapia o al budismo

Mahayana?». En este caso, la respuesta sería la siguiente: «Es perfectamente libre de recurrir a ambos, ya que se concentran respectivamente en distintos niveles y, por consiguiente, no existe ningún conflicto fundamental entre ambos».

El nivel del ego es aquella banda de la conciencia que abarca nuestro papel, la idea que tenemos de nosotros mismos, nuestra imagen, con sus aspectos consciente e inconsciente, así como la naturaleza analítica y discriminatoria de nuestro intelecto, de nuestra «mente». El segundo nivel principal, el nivel existencial, incluye la totalidad de nuestro organismo, tanto somático como psíquico, y por consiguiente comprende nuestro sentido básico de la existencia, de nuestro ser, unido a nuestras premisas culturales que en muchos sentidos moldean esta sensación básica de la existencia. Entre otras cosas, el nivel existencial constituye la referencia sensorial de la imagen que tenemos de nosotros mismos; es decir, lo que uno *siente* cuando evoca mentalmente el *símbolo* de su propia imagen. Constituye, a fin de cuentas, la fuente persistente e irreducible de un concienciamiento individual independiente. El tercer nivel básico, que aquí denominamos mental, es el conocido comúnmente como conciencia mística, y comprende la sensación de ser fundamentalmente uno con el universo. *Así como el nivel del ego incluye la mente, y el nivel existencial incluye la mente y el cuerpo, el nivel mental incluye la mente, el cuerpo y el resto del universo*. Esta sensación de ser uno con el universo es mucho más común de lo que uno podría inicialmente imaginar, ya que, en cierto modo que intentaremos aclarar, constituye la base esencial de todas las demás sensaciones. En resumen, el nivel del ego es lo que uno experimenta cuando se siente padre, madre, abogado, ejecutivo, norteamericano, o asume cualquier otro papel o imagen. El nivel existencial es lo que uno siente «bajo» la imagen de uno mismo; es decir, la sensación de una existencia orgánica total, la convicción profunda de que uno existe como sujeto independiente de todas sus experiencias. El nivel mental, como intentaremos demostrar, es exactamente lo que uno siente en este mismo momento antes de sentir cualquier otra cosa: la sensación de ser uno con el cosmos.

El nivel del ego y el existencial unidos constituyen nuestra sensación general de ser un individuo autoexistente e independiente, y éste es el nivel al que se dirigen la mayoría de los enfoques occidentales. Las escuelas orientales, por otra parte, suelen mostrar un mayor interés por el nivel mental, eludiendo así por completo los niveles egocéntricos. En pocas palabras, el propósito de las psicoterapias occidentales es el de «reparar» el yo individual, mientras que los enfoques orientales se proponen trascender el yo.

Así pues, cuando nos encontremos en los niveles egoico o existencial, vale la pena aprovechar los modelos existentes, predominantemente occidentales, encaminados a la creación de un ego sano, la integración de proyecciones, la asimilación de impulsos y deseos inconscientes, la realineación estructural de nuestras posturas corporales, el hecho de aceptar la responsabilidad de nuestra existencia en el mundo, tratar con la neurosis y encaminarnos a nuestro máximo potencial como individuos. Pero si deseamos ir más allá de los confines del yo individual, encontrar un nivel de la conciencia todavía más rico y generoso, aprendamos entonces de los investigadores del nivel mental, en su mayoría «orientales», que se ocupan del concienciamiento místico y de la conciencia cósmica.

Es por cierto evidente que los enfoques orientales y occidentales pueden utilizarse por separado, como ocurre en la actualidad, pero también debería quedar claro que se pueden utilizar de un modo complementario. Es probable que muchos partidarios exclusivos de los enfoques orientales ridiculicen el propósito de crear un ego sano, alegando que el ego en sí es la propia fuente de todo sufrimiento en el mundo y que, por consiguiente, un ego «sano» supone en el mejor de los casos una contradicción y, en el peor, un chiste cruel. Desde su nivel de conciencia están en lo cierto y, en dicho contexto, estamos plenamente de acuerdo con sus afirmaciones. Pero no nos precipitemos; incluso desde el punto de vista hindú, la vida es un ciclo de involución y evolución del yo absoluto, y se reconoce que, con toda probabilidad, la mayoría de nosotros viviremos esta vida como un *jivatman*, o ego aislado (aunque

ilusorio), enfrentado a un universo desconocido. Es precisamente en dichos casos en los que las psicoterapias occidentales pueden ofrecer una liberación por lo menos parcial del sufrimiento que supone el hecho de vivir como *jivatman* y no hay razón para no utilizarlas en dichos casos. Imaginemos, por ejemplo, a un hombre de negocios maduro, generalmente satisfecho de la vida, padre de dos hijos y que goza de éxito en su profesión, que acude al terapeuta con pequeños síntomas de angustia y tensión. Si todos los terapeutas, siguiendo las enseñanzas de los maestros orientales, reaccionaran ante dichos casos con sugerencias como «querido señor, usted padece una angustia metafísica básica por el hecho de no comprender que es fundamentalmente uno con Dios», todos los pacientes huirían de las consultas de los psicólogos en busca de «un buen médico». La inmensa mayoría de la gente, especialmente en la sociedad occidental, no está preparada, dispuesta o capacitada para seguir una experiencia mística, ni es conveniente empujarla a dicha aventura. Un simple asesoramiento encaminado a la integración de proyecciones a nivel egoico bastará en la mayoría de dichos casos. Así pues, los enfoques occidentales de la psicología egoica son perfectamente legítimos en dichos niveles.

Sin embargo, si a lo que el *jivatman* aspira es a la liberación (es decir, una comprensión del nivel mental), los enfoques occidentales podrán utilizarse como preparación preliminar o como ayuda complementaria, ya que todo método encaminado a un estado de relajamiento y a la reducción de la tensión favorece la experiencia mística. Por consiguiente, a guisa de conclusión general, cabe afirmar que, para aquellos que sigan un enfoque oriental encaminado al nivel mental, los métodos occidentales de normalización de los niveles egoico y existencial pueden ser de gran utilidad, ya que la reducción de la tensión intrínseca del ego parece facilitar su trascendencia. Con esta intención, por ejemplo, el difunto maestro del Zen, Suzuki, del San Francisco Zen Center, patrocinaba seminarios de concienciamiento sensorial, mientras Ken y Nicholls, del Canadian Institute of Being, utilizan grupos de

encuentro y psicoanálisis para ayudar a alcanzar un concienciamiento místico.

En el último medio siglo han aparecido numerosos libros y artículos defendiendo los enfoques orientales y occidentales del estudio de la conciencia, pero, salvo contadas excepciones, los autores de dichas obras son partidarios de uno u otro enfoque y, a pesar de la enorme contribución de estos escritores, acaban invariablemente denunciando, con o sin sutileza, el enfoque alternativo como erróneo o simplemente absurdo. Ya hemos sugerido que dicho problema, el de decidir cuál es el «mejor» enfoque, es un problema falso, ya que cada enfoque se ocupa de un nivel distinto de la conciencia. Otra forma de demostrarlo consiste en aclarar que los enfoques oriental y occidental, si no en teoría sí por lo menos en la práctica, ni siquiera se proponen las mismas metas, por lo que insistir en que compitan el uno con el otro equivale a plantear una carrera en la que la meta de un participante es completamente distinta de la del otro.

El objetivo que afirman proponerse diversos enfoques occidentales es el de reforzar el ego, la integración del yo, la corrección de la imagen de uno mismo, la adquisición de seguridad en sí mismo, el establecimiento de metas realistas, etcétera. No se comprometen a librarle a uno por completo de todos los sufrimientos de la vida, ni a eliminar totalmente los síntomas perturbadores. En su lugar ofrecen, y hasta cierto punto consiguen, una reducción de las «neurosis normales» propias del ego.

No cabe duda de que, hasta cierto punto, los objetivos de los enfoques orientales y occidentales coinciden, ya que siempre existe un margen de superposición entre las distintas bandas de cualquier espectro; pero el objetivo primordial de los enfoques orientales no es el de reforzar el ego, sino el de trascenderlo de un modo total y completo, para alcanzar el *moksha* (liberación), el *te* (virtud de lo absoluto) y el *satori* (iluminación). Estos enfoques pretenden conectar con un nivel de la conciencia que ofrece una libertad total y la liberación completa de la raíz de todo sufrimiento, que elimina las cuestiones

más intrigantes sobre la naturaleza de la realidad, y que pone fin a nuestra búsqueda inquieta y angustiosa de un remanso de paz. Los enfoques orientales y occidentales son, por consiguiente, asombrosamente dispares, pero ello no debe sorprendernos ya que los objetivos son distintos porque también lo son los niveles.

Dicho esto sobre la naturaleza de los enfoques orientales, muchos occidentales adoptan una actitud reticente o condescendiente, debido a que, según sus prejuicios, las disciplinas orientales no son más que el desatino de una mente confusa, que oscila entre la ofuscación de una locura intermitente y formas avanzadas de esquizofrenia. Se trata de occidentales anclados en el nivel egoico, que en lugar de interesarse sinceramente por cualquier desviación del mismo lo miran con suspicacia, y a muchos de los cuales se les considera incluso como autoridades en la naturaleza del reino de la conciencia en su conjunto. Pero qué duda cabe de que las únicas autoridades auténticas, verosímiles y científicamente fiables son los concienzudos investigadores con experiencia de todos los niveles de la conciencia, incluidos el de ser un ego y el de trascenderlo. Si buscamos su orientación en cuanto a la naturaleza de la mente, el concienciamiento místico y la trascendencia del ego, sus opiniones son universales y unánimes; trascender el ego no es una aberración mental ni una alucinación psicótica, sino un estado o nivel de la conciencia infinitamente más valioso, natural y satisfactorio de lo que el ego es capaz de imaginar en sus mayores arrebatos de fantasía.

Así pues, nos encontramos ante dos opciones en cuanto al enjuiciamiento de la cordura, o de la realidad, o del nivel deseable de la mente, o del concienciamiento místico: podemos creer en quienes lo han experimentado, o proponernos experimentarlo por nosotros mismos, pero si no somos capaces de hacer lo uno ni lo otro, lo más sensato es no formular ningún juicio prematuro.

Además, las disciplinas orientales como el Vedanta o el Zen no son teorías, filosofías, psicologías ni religiones, sino primordialmente *un conjunto de experimentos*, en el sentido

más rigurosamente científico de la palabra. Contienen una serie de normas o preceptos que, debidamente ejecutados, conducen al descubrimiento del nivel mental. El hecho de negarse a examinar los resultados de dichos experimentos científicos, porque a uno le desagrade la forma en que se obtienen los datos, constituye en sí una actitud sumamente anticientífica. En palabras de Ananda Coomaraswamy:

> Sería anticientífico afirmar que dichos logros son imposibles, a no ser que uno lo haya experimentado según disciplinas prescritas y perfectamente inteligibles... Que esto sea cierto (es decir, que la mente exista o que el concienciamiento místico sea posible) no puede demostrarse en el aula, donde sólo se trata con cantidades tangibles. No obstante, sería anticientífico negar una presuposición *para la que una prueba experimental sea posible*. En el caso presente existe un camino (es decir, un experimento) prescrito para quienes estén dispuestos a seguirlo...[4]

En qué consiste dicho camino, lo veremos a continuación. Es importante tener en cuenta que cuando hablamos de la mente, de lo absoluto, o del concienciamiento místico, no lo hacemos desde un punto de vista puramente especulativo, sino que nos limitamos a presentar datos obtenidos experimentalmente, y el científico que los ridiculice sin haber realizado personalmente el experimento no es más que un simple aficionado, un científico en el sentido más limitado y empobrecido de la palabra.

Esto, evidentemente, no invalida las contribuciones realizadas por investigadores especializados en un solo nivel y que puede que jamás hayan oído hablar del nivel mental, ni mucho menos intentado alcanzarlo, pero cuyas introspecciones en su propio nivel son de un valor incalculable. Sin embargo, esto sugiere que el investigador que, consciente de un solo nivel, niegue la existencia de los demás, es como la cola que negara la existencia del perro.

«A juzgar por la corriente general de mi educación —afirma William James—, estoy convencido de que el mundo de nuestra conciencia actual no es más que uno de los muchos

mundos de la conciencia que existen, y que todos los demás mundos deben contener experiencias que también son significativas para nuestra vida; y que a pesar de que dichas experiencias sean en general discretas, al igual que las de este mundo, en ciertos puntos existe una continuidad entre ambas y reciben la influencia de energías superiores. El hecho de mantenerme fiel, en mi capacidad limitada, a esta supercreencia parece que me ayuda a ser más cuerdo y verdadero. Evidentemente, *podría* adoptar la actitud del científico sectario e imaginar que el mundo de las sensaciones, de las leyes científicas y de los objetos es todo cuanto existe. Pero cuando lo intento, se dispara esa alarma interior... que me susurra ¡pamplinas! El fraude no es más que fraude, aun revestido de términos científicos, y la expresión total de la experiencia humana, cuando la observo objetivamente, me impulsa ineludiblemente más allá de las limitadas fronteras "científicas".»[5]

Shankara, el célebre divulgador de Advaita Vedanta (enfoque hindú al nivel mental, extraído y sistematizado por los *Upanishads*, los *Brahma-sutras* y el *Bhagavad Gita*), creó el concepto de *subración*, que será de un valor considerable para proseguir en esta línea de pensamiento. En palabras de Eliot Deutsch, la subración es el proceso mental a través del cual se reevalúa algún nivel de la conciencia anteriormente estimado, debido a que ha sido cancelado, o por lo menos se ha colocado en un contexto diferente, con la experiencia de un nuevo nivel de la conciencia.[6] En términos generales, todo aquel que experimente el nivel mental practica la subración respecto de los niveles egoico y existencial. Es decir, queda profundamente convencido, por razones que con frecuencia es incapaz de explicar plenamente ni siquiera articular, de que el nivel mental es de algún modo más real, más básico y más significativo que los demás. El grado de convicción de esta experiencia es tan extraordinario que puede que ahora considere que los demás niveles de la conciencia (como el egoico y el existencial) son completamente irreales, ilusorios y quiméricos. Tomemos, por ejemplo, este conocido fragmento de las *Memorias* de Tennyson:

> Una especie de trance que frecuentemente he experimentado despierto, ya desde mi infancia, cuando estoy completamente a solas. Generalmente me ocurre después de repetir mi propio nombre dos o tres veces en silencio, hasta que de pronto, como si emergiera de la intensidad de la conciencia de la individualidad, la propia individualidad parece disolverse y esfumarse en un ser ilimitado; y no se trata de un estado de confusión, sino del más claro entre los claros, del más seguro entre los seguros, del más insólito entre los insólitos, completamente ajeno al alcance de las palabras, donde la muerte es una imposibilidad casi irrisoria y la pérdida de la personalidad (si eso era) no parece una extinción, sino la única vida verdadera.[7]

Si nos proponemos explorar este nivel, no nos queda otra alternativa, por las razones antes expuestas, que la de considerar debidamente este género de declaraciones y las experiencias a las que hacen referencia. En palabras del doctor en biofísica John Lilly:

> En una exploración científica de cualquiera de las realidades internas, sigo los siguientes pasos metaprogramáticos (entre los que se encuentra, al hallar un nuevo nivel de la conciencia): construir un modelo que incluya la (antigua) realidad y un nuevo camino más sucinto y abarcador. Por dolorosas que sean las revisiones de dichos modelos, es preciso asegurarse de que incluyan ambas realidades.[8]

Esto, sin embargo, supone otro problema para el honrado escéptico que jamás ha experimentado el nivel mental, ya que una cosa es admitir la existencia del concienciamiento místico de dicho nivel y otra muy distinta que se le plantee a uno que éste es el único nivel real, o «única vida verdadera», y que de algún modo su adorado ego no es más que un sueño. Pero Shankara, así como todos los demás investigadores de dicho nivel, insiste en que lo que habitualmente denominamos nuestro «yo» es una mera ilusión.

Ahora bien, esto no es tan alarmante como parece a primera vista. William James define el yo humano como «la suma total de todo lo que *puede* denominar suyo, no sólo su cuerpo y sus poderes psíquicos, sino su ropa y su casa, su es-

posa e hijos, su reputación y obras, sus tierras y caballos, su yate y su cuenta bancaria».[9] Un biólogo iría todavía más lejos y afirmaría que el yo humano, su ser «real», lo constituye la totalidad del campo orgánico ambiental, por la simple razón de que para el biólogo no existe un yo independiente de un medio ambiente. Incluso el gran sociólogo George Mead comentó que «el campo o emplazamiento de cualquier mente individual dada debe extenderse hasta la actividad social... que constituye sus extremidades, y por consiguiente dicho campo no puede estar limitado por la piel del organismo individual al que pertenece».[10] Gregory Bateson, autor de la teoría del doble vínculo de la esquizofrenia, afirma que el único yo real lo constituye el conjunto de la red cibernética del hombre más la sociedad más el ambiente, y además sugiere que lo experimentamos así.[11] Por consiguiente, basándonos sólo en dichas opiniones, la sensación de ser un ego aislado en los confines del cuerpo es sólo media verdad, y el hecho de creer que eso es totalmente cierto no es más que una ilusión.

Si no hemos experimentado personalmente la mente, pero admitimos la posibilidad de su existencia, no nos queda más remedio que aceptar la esencia de las revelaciones sobre dicho nivel que nos brindan sus investigadores, *incluida la de la naturaleza ilusoria del yo y la absoluta y única realidad de la mente*. El nivel de la mente, sea cual fuere el nombre que se le otorgue, según sus investigadores es lo que hay y todo lo que hay. Esto, sin embargo, agrega una nueva función a esta síntesis; a saber, el intento de describir la creación aparente (es decir, ilusoria) o evolución de los niveles convencionales de nuestra conciencia «desde» o «a partir del» nivel de la mente, de un modo en cierto sentido similar al de un físico que describiera la óptica de un prisma que crea un arco iris a partir de un rayo de luz blanca. Pero esto no es en realidad una evolución de la mente *a través* del tiempo, como aclararemos más adelante, sino una evolución aparente o ilusoria de la mente *en* el tiempo, ya que la mente propiamente dicha es eterna y atemporal. En otras palabras, contemplamos la conciencia desde el punto de vista del momento actual absoluto, lo que con-

vierte esta síntesis en una interpretación psicológica de la *filosofía perenne*. Es, por consiguiente, presa ineludible de las paradojas, contradicciones lógicas y desconcertantes afirmaciones características de tales interpretaciones, por la simple y sublime razón de que, a fin de cuentas, el nivel mental no es una idea sino una experiencia intensamente íntima, tan próxima a nosotros que se escabulle a través de la red de las palabras; y ésta es la razón por la que hemos hecho hincapié en que tratar de la conciencia como espectro era una simple metáfora o analogía que nos permite describir *cómo* es la conciencia, pero no lo que *es*, ya que ello va, más allá de palabras y símbolos, «hasta lo más recóndito de la experiencia espiritual del individuo, que no se puede analizar intelectualmente sin entrar de algún modo en contradicciones lógicas».[12]

He aquí, por consiguiente, una breve introducción al espectro de la conciencia. Dada la actual superabundancia de técnicas, métodos, escuelas, filosofías y disciplinas psicológicas, el auténtico problema, tanto para el terapeuta como para el lego, consiste en descubrir una similitud ordinal, una lógica interna, un hilo de continuidad en esta vasta complejidad de sistemas psicológicos distintos y frecuentemente contradictorios. Utilizando el espectro de la conciencia como modelo, puede que se llegue en realidad a demostrar dicha similitud ordinal oculta, ya que a través de dicho modelo se logra integrar en el estudio de la conciencia, y de un modo bastante coherente, no sólo las escuelas principales de la psicoterapia occidental, sino los generalmente conocidos como enfoques «orientales» y «occidentales».

En realidad, la misma existencia de una gran diversidad de sistemas y disciplinas psicológicas sugiere, más que una diferencia interna en cuanto a motodología, la verdadera diferencia de los niveles de la conciencia a los que las diversas escuelas se han adaptado. Si algo de verdad hay en el espectro de la conciencia y en las grandes tradiciones metafísicas que coinciden con su tema principal,[13] pasa a ser inmediatamente evidente que *cada una de dichas escuelas de psicoterapia*, tanto las orientales como las occidentales, *se ocupa primordial-*

*mente de un nivel distinto del espectro*. En términos generales podemos por consiguiente afirmar que los campos principales de la psicoterapia oriental y occidental se ocupan de diferentes niveles del espectro, y que dichas escuelas no tienen por qué preocuparse excesivamente de cuál es el enfoque «correcto» para el estudio de la conciencia humana, ya que cada uno de ellos está más o menos en lo cierto en cuanto a su propio nivel. Por consiguiente, una psicología auténticamente integradora y compaginadora puede y debe servirse de las introspecciones complementarias procedentes de cada una de dichas escuelas psicológicas.

Dada nuestra voluntad experimental de investigar todos los niveles de la conciencia, desembocamos en la *filosofía perenne*, ya que en realidad no se trata de una filosofía basada en la especulación, sino de una experiencia basada en uno de nuestros niveles de la conciencia, el mental. A decir verdad, estas consideraciones me han inducido recientemente a sugerir la acuñación «psicológica perenne», aplicada a dicha introspección universal y unánime, de la misma naturaleza y esencia de la conciencia.[14] En todo caso, siguiendo dicha psicología perenne, es inevitable considerar el yo individual, en cierto sentido, como una ilusión y su mundo como un sueño. No obstante, con esto no se menosprecian en absoluto los enfoques occidentales, ya que, aunque las disciplinas orientales puedan despertarnos de dicho sueño, las occidentales pueden evitar, entretanto, que el sueño se convierta en una pesadilla. Aprovechemos ambas.

# 2. DOS MODOS DE SABER

Cuando el universo en su conjunto aspira a conocerse a sí mismo, a través del medio de la mente humana, ciertos aspectos de dicho universo deben permanecer desconocidos. Con el despertar del conocimiento simbólico *parece* emerger una dicotomía en el universo entre el conocedor y lo conocido, el pensador y lo pensado, *el sujeto y el objeto*; y la esencia de nuestra conciencia, como conocedora e investigadora del mundo exterior, elude a fin de cuentas su propia comprensión y permanece como lo desconocido, oculto e inalcanzable, así como la mano es capaz de agarrar numerosos objetos pero jamás a sí misma, o nuestros ojos pueden ver el mundo pero nunca a sí mismos. En palabras de D. T. Suzuki:

> Al principio, que no es realmente el principio... la voluntad quiere conocerse a sí misma, despierta la conciencia y con dicho despertar la voluntad se divide en dos. Una de dichas voluntades, global y completa en sí misma, es ahora a la vez actor y observador. El conflicto es inevitable, ya que el actor quiere ahora librarse de las limitaciones a las que se ha visto obligado a someterse en su anhelo de conciencia. En cierto modo ha adquirido la capacidad de ver, pero al mismo tiempo hay algo que, como observador, es incapaz de ver.[1]

El físico Eddington lo resumió diciendo que «la naturaleza asegura así que el conocimiento de medio mundo garantice la ignorancia de la otra mitad», y G. Spencer Brown, en un fragmento más espectacular, explica:

> Consideremos, por un momento, el mundo tal como lo describe el físico. Consiste en cierto número de partículas fundamentales que, propulsadas a través de su propio espacio, aparecen como ondas y están por consiguiente dotadas de una estructura laminada como la de

las perlas o las cebollas, y otras ondas electromagnéticas que es útil considerar, según la norma de Occam de no multiplicar innecesariamente los entes conceptuales, que se desplazan por el espacio a una velocidad constante. Todas ellas parecen estar vinculadas entre sí por ciertas leyes naturales que indican la forma de su relación.

Ahora bien, el propio físico que lo describe, según su versión de los hechos, está él mismo construido de igual modo. Es, dicho brevemente, una conglomeración de las mismas partículas que describe, vinculadas ni más ni menos entre sí y gobernadas por las mismas leyes generales que él mismo ha logrado descubrir y definir.

Por tanto, resulta ineludible que el mundo que conocemos ha sido construido con el fin (y por consiguiente la capacidad) de verse a sí mismo.

Esto es realmente asombroso.

No tanto por lo que ve, que ya de por sí puede parecer bastante fantástico, sino por el hecho de que sea realmente *capaz* de ver.

Pero, para lograrlo, es evidente que antes debe dividirse a sí mismo en por lo menos un estado que ve y por lo menos otro estado que es visto. En dicho estado, desunido y mutilado, lo que ve *sólo* puede ser *parte* de sí mismo. Cabe afirmar que el mundo es indudablemente sí mismo (es decir, indistinto de sí mismo); sin embargo, *todo intento de verse a sí mismo como objeto debe provocar irremediablemente una distinción de sí mismo y por consiguiente falsa consigo mismo*. En dicho estado, siempre se eludirá parcialmente a sí mismo.[2]

Así pues, del mismo modo que un cuchillo no puede cortarse a sí mismo, el universo tampoco es capaz de verse en su totalidad como objeto, sin mutilarse por completo. Todo intento de asimilar el universo como objeto de conocimiento es, por consiguiente, profunda e inextirpablemente contradictorio; y cuanto mayor parece su éxito, mayor es en realidad su fracaso, mayor es el grado en que el universo se convierte en «falso consigo mismo». No obstante, es curioso que este tipo de conocimiento dualista según el cual el universo se divide en sujeto y objeto (así como verdad y mentira, bueno y malo, etcétera) constituya la base fundamental de la filosofía, la teología y la ciencia en Occidente. La filosofía occidental, en general, es la filosofía griega y la filosofía griega es la filosofía de los dualismos. La mayoría de los principales temas filosóficos debatidos todavía hoy fueron creados y modelados por los fi-

lósofos de la antigua Grecia. Entre ellos se encuentra el dualismo de la verdad frente a la mentira, cuyo estudio recibe el nombre de «lógica»; el de la bondad frente a la maldad, denominado «ética»; y el de la apariencia frente a la realidad, llamado «epistemología». Los griegos iniciaron también el estudio a gran escala de la «ontología», o exploración de la naturaleza esencial o ser del universo, basando sus primeras investigaciones en los dualismos de uno frente a muchos, el caos frente al orden, y la simplicidad frente a la complejidad. Firmemente anclado en dichos dualismos, el pensamiento occidental, a lo largo de la historia, ha seguido generando los suyos propios: el instinto frente al intelecto, la onda frente a la partícula, el positivismo frente al idealismo, la materia frente a la energía, la tesis frente a la antítesis, la mente frente al cuerpo, el conductismo frente al vitalismo, el destino frente al libre albedrío, el espacio frente al tiempo...; la lista es interminable. De ahí que Whitehead afirmara que la filosofía occidental es una esmerada nota a pie de página en la obra de Platón.

Esto es realmente extraño, ya que si el conocimiento dualista es esencialmente tan contradictorio como intentar tocarse la punta del dedo con el propio dedo o que un pie se pise a sí mismo, ¿qué impidió que se abandonara hace mucho tiempo?, ¿por qué ha ejercido tanta influencia a lo largo del desarrollo del pensamiento europeo?, ¿por qué sigue dominando, en una u otra forma sutil, las ramas principales de la intelectualidad occidental de hoy? Lamentablemente, la investigación de la historia del *tronco principal* del pensamiento occidental en busca de una solución convincente al problema del dualismo equivale tan sólo a aproximarse todo lo posible a la muerte por aburrimiento.

Una de las razones por las que el enfoque dualista «divide y vencerás» ha sido tan pernicioso es el hecho de que el error del dualismo constituye la base de la intelectualidad y es por tanto virtualmente imposible que la misma lo erradique (Catch 22: Si tengo una mosca en el ojo, ¿cómo puedo ver que tengo una mosca en el ojo?). Para detectarlo se precisa una metodología rigurosa, consistente y tenaz, capaz de seguir

el dualismo hasta sus propios límites, a fin de llegar a su propia contradicción. Imaginemos, por ejemplo, que uno esté plenamente convencido de que la tierra es plana y que por muchas pruebas intelectuales que se aporten para demostrar lo contrario se aferre obstinadamente a su creencia. El único modo de que su error sea evidente consistirá en desplazarse consistente y permanentemente en la misma dirección. Al no caer por ningún precipicio, el error será aparente y es más probable que entonces cambie de opinión. Al explorar *persistentemente* la creencia falsa hasta su conclusión final, habrá logrado discernir el error.

Ahora bien, este tipo de enfoques experimentales constituyen hoy en día una parte importante de la metodología científica, y por consiguiente es la ciencia la que ofrece potencialmente el tipo de enfoque riguroso capaz de erradicar los dualismos, gracias sobre todo a su exhaustivo experimentalismo y a su sofisticada instrumentación, que permiten investigar el dualismo hasta sus mismos límites. En este sentido, hay que reconocer que la mayoría de las ramas de la ciencia siguen siendo en la actualidad plena y firmemente dualistas, dedicadas por completo a la persecución de «hechos objetivos», aunque algunas de las formas más «puras» de la ciencia, tales como la física, las matemáticas y algunas de las ciencias emergentes, como la teoría de los sistemas y la ecología, han asestado golpes mortales a diversos dualismos tradicionalmente muy valorados. Ésas son las ramas a las que nos referimos cuando afirmamos que la «ciencia» es el destructor potencial de los dualismos occidentales. No obstante, dichas ramas científicas son de invención relativamente reciente, sobrepasando escasamente los trescientos años, y por consiguiente sólo en la historia reciente hemos comenzado a presenciar la eliminación de los dualismos que impregnan el pensamiento occidental desde hace veinticinco siglos. Qué duda cabe de que todas las ciencias empezaron como dualismos puros; sin embargo, debido en parte a la casualidad y en parte a su rigurosa naturaleza, algunas han perseguido los dualismos hasta el «borde de la aniquilación», con el susto correspondiente para los científicos involucrados.

Esta increíble historia empezó en Europa durante el siglo XVII. A lo largo de los trescientos años anteriores, el hombre europeo, destruyendo lentamente la barrera impuesta por la escolástica religiosa entre el hombre y la naturaleza, había iniciado una exploración apasionada, aunque un tanto caótica, de la naturaleza y del universo. Ésa fue la época de los descubrimientos, del Renacimiento, de las exploraciones, de hombres como Gutenberg, Petrarca, Vasco de Gama, Colón, Cortés, Da Vinci, Miguel Ángel, Tiziano, Marco Polo, Copérnico. El hombre dejó de considerarse como un peón pasivo en un juego divino, para dedicarse a la exploración y a la investigación en un sinfín de direcciones distintas: nuevos ideales, nuevos conceptos geográficos, nuevas formas de experimentar su existencia personal. Sin embargo, este ímpetu explorador colectivo siguió siendo oscuro, difuso y descoordinado, hasta verme concentrado y canalizado por la introducción del concepto dualista más influyente jamás concebido por la mente humana. Este descubrimiento no fue uno de tantos en su época; fue, según lo define L. L. Whyte, el «descubrimiento de un método de descubrimiento», o en palabras de Whitehead, el «invento de un método de invención». Fue, en realidad, la idea que formó nuestra época actual. L. L. Whyte lo cuenta así:

> Anteriormente (1600), los únicos sistemas de pensamiento desarrollados habían sido las organizaciones religiosas o filosóficas de la experiencia subjetiva, mientras las relativamente escasas observaciones objetivas de la naturaleza permanecían más bien desorganizadas. El racionalismo medieval era subjetivo; no existía todavía una filosofía racional de la naturaleza, de complejidad o precisión comparables. A lo largo de dos mil años, el hombre había estado observando, comparando e intentando clasificar sus observaciones, pero sin que existiera todavía un sistema ideológico concerniente a la naturaleza, dotado de un método sistemático para facilitar el descubrimiento...
>
> Hemos llegado a un momento sumamente significativo. Alrededor de 1600, Kepler y Galileo formularon simultánea e independientemente el principio de que las leyes de la naturaleza pueden ser descubiertas a través de mediciones, y aplicaron dicho principio a su propio trabajo. Así como Aristóteles se había dedicado a clasificar, Kepler y Galileo se propusieron medir.[3]

En el transcurso de un siglo, el hombre europeo quedó plenamente intoxicado con este nuevo concepto de la medición, la cuantificación; no era sólo una mejora progresiva de la humanidad, ni la felicidad garantizada, lo que prometía la nueva ciencia de la medición, sino el conocimiento de la realidad absoluta y definitiva que jamás había estado al alcance del hombre en épocas anteriores.

> La naturaleza y sus leyes permanecían ocultas en la noche; Dios dijo «exista Newton» y todo se hizo luz.

La realidad definitiva era todo aquello susceptible de ser medido y el europeo había emprendido la investigación frenética del conocimiento.

Implícitas en dicha investigación, había otras dos ideas que pasaron a ser inseparables de la cuantitativa: la realidad era objetiva y la realidad era verificable. Todo conocimiento debía quedar reducido a dimensiones objetivas, las cualidades objetivas «primarias» de número, posición y movimiento, mientras que los aspectos subjetivos, las cualidades «secundarias» de las emociones, los sentidos y la intuición, debían ser exterminados por completo, ya que a fin de cuentas eran irreales. «La verdadera observación —no tardó en declarar Comte— debe ser necesariamente externa al observador.» En lugar de buscar una respuesta a esa perturbadora cuestión del dualismo del sujeto frente al objeto, la nueva ciencia se limitó a eludir el tema: declaró el tema irreal.

La metodología de la medición se convirtió en una nueva religión, puesto que permitía, por primera vez, la aplicación de un procedimiento sistemático para la *verificación* empírica de una proposición. Ya no bastaría con la intelección subjetiva para demostrar una idea, como había sido el caso con anterioridad al *homo cientificus*. Se dice que en una ocasión Aristóteles elaboró una amplia y rigurosa demostración, para demostrar que su esposa debía tener exactamente cuarenta y dos piezas en la boca; jamás se le ocurrió mirar en su interior y contarlas, ya que su propio razonamiento demostraba clara-

mente que podía haber tenido cualquier otra cantidad de dientes y molares. La filosofía, a partir de entonces, se convirtió en una especie de juego para adultos, cada uno de ellos convencido de la certeza de sus ideas, gritándose entre sí: «Eso es.» «No, no lo es.» «Sí, es eso.» «No, no es eso.» «Sí, lo es.» «No, no lo es.» «¡Lo es!» «¡No lo es!». Como Bertrand Russell confesó, «puede que parezca extraño, pero no es culpa mía».[4] En todo caso, dichas riñas dejarían de ser aceptables. Toda propuesta debía limitarse a lo que fuera objetivamente medible y comprobable. En resumen, todo lo que no se ajustara a dicho criterio, simplemente no existía o, con toda claridad, no merecía ser conocido. Éste es exactamente el tipo de poderosa y consistente metodología capaz de destruir los dualismos y, a pesar de que los científicos de aquella época no supieron reconocerlo, habían comenzado a construir una metodología, a partir del dualismo cartesiano del sujeto frente al objeto, de tal persistencia que acabaría por desintegrar el propio dualismo en el que se basaba. La ciencia clásica estaba destinada a ser autoaniquilada.

El hecho de que esto pudiera llegar a ocurrir refleja una virtud positiva del nuevo método científico, es decir, su disposición a seguir un rumbo determinado hasta sus últimas consecuencias, aceptando y evaluando las pruebas obtenidas sobre la marcha. En este sentido, se diferenciaba de los demás sistemas idológicos que permanecían más bien «cerrados». Por ejemplo, el pensamiento fundamentalista cristiano era (y sigue siendo) «cerrado», en el sentido de que niega toda posibilidad de auténtica autocrítica, ya que atreverse a cuestionar el dogma es considerado como obra evidente del propio diablo. Saben que algo es cierto porque así lo afirma el dogma. «¿Cuál es el libro más sagrado y verdadero del mundo?» «La Biblia.» «¿Cómo se sabe?» «Lo afirma la Biblia.» Esto parece extraño, pero no es culpa mía.

Por lo menos a ciertos niveles, la ciencia era un sistema abierto. A pesar de negar rotundamente todo lo no medible, no objetivo y no verificable, estaba dispuesta a seguir su propio rumbo con rigor y honradez hasta sus últimas conse-

cuencias, que no tardarían en manifestarse. Heisenberg afirma:

> No era posible ver lo que podía haber de erróneo en los conceptos fundamentales de materia, espacio, tiempo y causalidad, que tanto éxito habían tenido a lo largo de la historia de la ciencia. Sólo la propia investigación experimental, llevada a cabo con todos los instrumentos de precisión de los que la ciencia técnica dispone... aportaron las bases de un análisis crítico —o, cabe afirmar, convirtieron el análisis crítico en obligatorio— de los conceptos y condujeron finalmente a la disolución de la rígida estructura.[5]

En 1900, la ciencia estaba convencida de que había llegado casi al fin de la búsqueda de la realidad. A decir verdad, los físicos abandonaban su campo porque, según afirmó uno de ellos, ya no quedaba nada por hacer más que calcular con mayor precisión los decimales; todos los fenómenos del universo físico habían sido descritos con absoluta nitidez, en términos estrictamente deterministas de causa y efecto. En cierto sentido, seguía siendo el viejo mundo judeocristiano de un conjunto político de fragmentos y partículas materiales finitas, gobernadas por una ley absoluta (es decir, medible), cuyo único elemento ausente era la figura del propio monarca, a quien muchos científicos consideraban como el gran relojero, ese excelso mecánico que inicialmente le había dado cuerda al universo y a continuación, víctima de una inesperada pereza, se había sentado a contemplar cómo se le agotaba. No obstante, los científicos estaban ahora convencidos de que, a través de mediciones y verificaciones objetivas, habían descubierto las leyes universales y absolutas del monarca. Todos los fenómenos de la naturaleza podían reducirse a pequeños fragmentos de materia a su vez rigurosamente definidos por la mecánica newtoniana.

Había, sin embargo, dos fenómenos importantes para los que la mecánica clásica no ofrecía explicación alguna. Uno de ellos era el efecto fotoeléctrico; el otro es el que ahora, sin poder evitar una carcajada, se denomina catástrofe ultravioleta.

Fue verdaderamente una catástrofe, ya que introdujo la primera fisura en la «rígida estructura» del dualismo científico.

El problema hacía referencia a la radiación de energía procedente de ciertos cuerpos térmicos y los datos experimentales no correspondían a las teorías físicas existentes. A esta incógnita acudió el ingenio de Max Planck que, en un audaz y radical salto genial, propuso que la energía no era continua, como se suponía, sino que aparecía en discretos paquetes o *quanta*, con lo que la «rígida estructura» se desmoronó por completo. Albert Einstein tomó la teoría de Planck y la aplicó con éxito al efecto fotoeléctrico (segundo fenómeno importante que no se había sometido a la física clásica), al tiempo que Neils Bohr la aplicaba a la física subatómica. Louis de Broglie supo aprovechar estos conocimientos para demostrar que la materia, al igual que la energía, producía ondas, lo cual indujo a Erwin Schroedinger a formular la monumental mecánica cuántica. Y todo ello en el plazo escaso de una generación.

Todos estos formidables descubrimientos culminaron en la ineludible y sin embargo devastadora conclusión, formulada como principio de indeterminación de Heisenberg, cuyo alcance fue (y sigue siendo) enorme. Recordemos que la ciencia había progresado basándose en el dualismo de un sujeto frente a un objeto, un observador frente a un acontecimiento, considerando que la realidad era aquello susceptible de ser medido y verificado objetivamente. Esta investigación dualista se extendió por fin al mundo de la física subatómica y, como es natural, el objetivo de los científicos era el de señalar y medir las «partículas», tales como los electrones, que componían el átomo, ya que se las suponía la realidad de las realidades, los componentes finales e irreductibles de toda la naturaleza.

He ahí precisamente la clave del problema. Para medir cualquier cosa se necesita algún tipo de herramienta o instrumento, sin embargo, el electrón pesa tan poco que cualquier tipo de artefacto concebible, incluso uno tan «ligero» como un fotón, forzaría al electrón a cambiar de posición al intentar

medirlo. No se trataba de una dificultad técnica sino, por así decirlo, de un problema intrínseco del propio material del universo. Los físicos en cuestión habían llegado al punto de aniquilación y el supuesto que les había conducido hasta el mismo, el de que el observador es independiente del acontecimiento, y el de que se puede manipular dualmente el universo sin alterarlo, resultó ser insostenible. De algún modo misterioso, el sujeto y el objeto estaban íntimamente unidos, y las múltiples teorías que habían supuesto lo contrario se tambaleaban. Como el físico Eddington declaró:

> *Algo desconocido hace algo que no comprendemos*; he ahí a lo que se reduce nuestra teoría. No parece una teoría particularmente esclarecedora. He leído algo parecido en otro lugar...
> ... Los resbaladizos petimetres
> giraban y pirueteaban en la caterva.[6]

Y Haldane susurraba que «el universo no sólo es más extraño de lo que suponemos, sino más extraño de lo que podemos suponer». Esta incapacidad de definir totalmente las «realidades definitivas» del universo halló su expresión matemática en el principio de indeterminación de Heisenberg,[7] y marcó el fin del enfoque clásico y puramente dualista de la realidad. Whitehead afirmó:

> El progreso de la ciencia ha llegado ahora a un nuevo punto de partida. Los sólidos cimientos de la física se han desmoronado... Los viejos cimientos del pensamiento científico se convierten en incomprensibles. Tiempo, espacio, materia, material, éter, electricidad, mecanismo, organismo, configuración, estructura, pauta, función; todo ello debe ser reinterpretado. ¿Qué sentido tiene hablar de explicación mecánica cuando no sabemos lo que se entiende por mecánica?[8]

Louis de Broglie, que había jugado personalmente un papel importante en la «revolución cuántica», expresó su naturaleza profundamente cataclísmica declarando que «el día en el que se introdujeron, subrepticiamente, los cuantos, temblaron hasta los cimientos del vasto y grandioso edificio de la

física clásica. Pocos han sido los trastornos comparables en la historia del mundo intelectual».[9]

La revolución cuántica fue tan cataclísmica debido a que no atacó una o dos conclusiones de la física clásica, sino sus propios cimientos, la base que servía de soporte para la totalidad de su estructura, es decir, el dualismo sujeto-objeto. Se suponía que lo real debía ser aquello susceptible de ser observado y medido objetivamente, pero estas «últimas realidades» no podían ser plenamente observadas ni medidas en ninguna circunstancia, lo que las convertía, sin ánimo de exagerar, en una forma chapucera de realidad. Estas últimas realidades se desplazan cada vez que uno intenta medirlas; es como si hubiéramos decidido que la manzana es la verdad absoluta e intentáramos cazarla al vuelo. Según Sullivan, «no podemos observar el curso de la naturaleza sin alterarlo»[10] y Andrade afirma que «observar equivale a intervenir en lo que está siendo observado..., la observación altera la realidad».[11] Quedó perfectamente claro para dichos físicos que *la medición objetiva y la verificación no podían ser ya determinantes de la realidad absoluta, debido a que el objeto medido no se podía separar nunca por completo del sujeto medidor; lo medido y el medidor, lo verificado y el verificador, a este nivel, son una y la misma cosa.* El sujeto no puede manipular el objeto, porque el sujeto y el objeto son en definitiva una y la misma cosa.

Al mismo tiempo que se desintegraba la «rígida estructura» del dualismo científico en la física, un joven matemático llamado Kurt Gödel (que en aquel momento tenía sólo veinticinco años) elaboraba lo que fue sin duda el tratado más increíble en su género. En esencia, es una especie de analogía lógica del principio físico de indeterminación de Heisenberg. Conocido en la actualidad como «teorema de Gödel», consiste en una rigurosa demostración matemática de que todo sistema lógico cerrado debe poseer por lo menos una premisa, que no se puede demostrar o verificar sin contradecirse a sí misma. Por consiguiente, «es imposible establecer la coherencia lógica de cualquier sistema deductivo complejo, a no ser que se acepten principios de razonamiento cuya coherencia

interna sea tan cuestionable como la del propio sistema».[12] Así pues, tanto desde un punto de vista lógico como físico, la verificación «objetiva» no es prueba de realidad (excepto con fines consensuales). Si todo debe ser verificado, ¿cómo se verifica al verificador, ya que sin duda forma parte del todo?

En otras palabras, cuando el universo se divide en sujeto y objeto, en un estado que ve y otro que es visto, *algo queda siempre al margen*. En estas condiciones, el universo «siempre se eludirá parcialmente a sí mismo». Ningún sistema observador puede observarse a sí mismo observando. El que ve no puede verse a sí mismo viendo. Todo ojo tiene un punto negro. Y ésta es precisamente la razón por la que en todo intento dualista no hallamos más que incertidumbre e indeterminación.

En el fondo del mundo físico, el principio de indeterminación; en el fondo del mundo mental, el teorema de Gödel: la misma brecha, el mismo universo que se elude a sí mismo, el mismo «algo que falta». (Nos encontraremos asimismo con el mismo principio a nivel *psicológico* en la generación del «inconsciente».) Cuando la ciencia empezó con el dualismo entre el sujeto y el objeto cometió un error y en las primeras décadas del siglo XX había llegado al borde de la aniquilación.

La figuración en la epistemología dualista del sujeto frente al objeto era un paralelismo, aunque ontológico, del dualismo del espíritu frente a la materia, o de lo mental frente a lo corporal. Este problema dualista giraba sobre sí mismo, intentando decidir cuál era la «materia» básica de la que el universo estaba compuesto: ¿consistía todo simplemente en átomos materiales, organizados de tal modo que la conciencia era una mera ilusión, reducible en realidad a la interrelación de partículas físicas, de modo que la «mente», en el fondo, no era más que un conglomerado de materia? Pero ¿en qué quedaba la tesis de que toda sensación de «materia» existe exclusivamente en la mente; demostraba esto que la materia no era en realidad más que una idea? A partir del momento en que Platón separó las ideas de la experiencia, el debate sobre lo que «en

realidad» es real ha continuado, sin que ninguno de los dos bandos llevara claramente las de ganar.

¿Es la conciencia en realidad materia, o es la materia en realidad conciencia? Los idealistas, o mentalistas, eran incapaces de aceptar la idea de que la conciencia no fuera más que un sofisticado montón de arcilla, que en el fondo no se diferenciaba de las rocas, las mesas o el polvo, por lo que siempre tenían en la punta de la lengua la pregunta siguiente: «Pero ¿dónde tiene la impresión de la materia su existencia?». La respuesta, evidentemente, es que las impresiones de la materia existen sólo en la conciencia y por consiguiente la conclusión es obvia: toda la materia no es más que una idea mental. Sin embargo, esto resultaba excesivo para los materialistas, que respondían: «En tal caso, ¿de dónde procede la conciencia?». A lo que había que responder inevitablemente: «tan sólo de un proceso físico en el cerebro humano», llegando por consiguiente a la conclusión de que todas las ideas son simplemente materiales. Tanto un lado como otro presentaban con persuasión y apasionamiento sus respectivos argumentos, de modo que la decisión final dependía por lo general de la inclinación individual, como lo indica la siguiente anécdota relatada por Eddington:

> Cuando el doctor Johnson comenzaba a sentirse atrapado en una discusión sobre «la ingeniosa sofistería del obispo Berkeley encaminada a demostrar la inexistencia de la materia y que todo en el universo era meramente ideal», respondió «dándole una soberana patada a una enorme roca, que le obligó a retroceder: "*así* es como lo refuto"». No está muy claro lo que le aseguró aquella acción, pero al parecer le sirvió de consuelo. Y en la actualidad, los científicos positivistas se sienten igualmente impulsados a eludir dichas elucubraciones mentales, para volver a algo pateable, aunque deberían ser conscientes de que lo que Rutherford ha dejado de aquella enorme roca es apenas susceptible de ser pateado.[13]

Como lo sugiere esta anécdota, el antiguo científico se había aliado a los materialistas, ya que los fragmentos de materia eran «tangibles», y por consiguiente susceptibles de ser

medidos y verificados, mientras que a ningún científico se le había ocurrido algún tipo de instrumento capaz de detectar la espiritualidad. Los nuevos físicos cuánticos no se lo discutieron, qué duda cabe de que tampoco hallaron ningún elemento espiritual; sin embargo, y eso es lo importante, *tampoco lograron encontrar ningún elemento material.* En palabras de un físico:

> Nuestro concepto de la sustancia sólo es claro mientras no nos enfrentamos al mismo. Cuando lo analizamos comienza a desvanecerse..., la sustancia sólida de las cosas es otra ilusión... Hemos perseguido la sustancia sólida desde el líquido continuo hasta el átomo, desde el átomo hasta el electrón, y ahí la hemos perdido.[14]

Y Bertrand Russell lo resumió sucintamente: «Podemos denominar al mundo físico o mental, o ambas cosas, según se nos antoje; en realidad las palabras no cumplen ningún propósito».[15] En breve, la física cuántica había conducido a otro dualismo, el de lo mental frente a lo material, al borde de la aniquilación, donde se había desvanecido.

Pero el aspecto decisivo era el del dualismo fundamental del sujeto frente al objeto, del observador frente al acontecimiento, que resultó insostenible, no debido a la opinión arbitraria de un grupo determinado de filósofos, sino nada menos que a la autoridad de la física. Bronowski resume los aspectos esenciales de la relatividad cuando afirma que «la relatividad se deduce esencialmente del análisis filosófico que insiste en que no existe un hecho y un observador, sino una *unión de ambos en una observación... en la que el acontecimiento y el observador son inseparables*».[16] Y Erwin Schroedinger, fundador de la mecánica cuántica, afirma escuetamente:

> El sujeto y el objeto son uno solo. No puede decirse que la barrera entre ambos se haya derrumbado como consecuencia de la experiencia reciente de las ciencias físicas, *ya que dicha barrera jamás ha existido.*[17]

Son numerosas las conclusiones que se pueden sacar de la introspección de la revolución cuántica; a decir verdad tan

numerosas que la mayoría de los filósofos modernos utilizan el principio de indeterminación de Heisenberg y la mecánica cuántica de Schroedinger como prueba irrefutable de cualquier teoría en la que, a la sazón, crean. Por consiguiente, la única conclusión de la que nos ocuparemos será la propuesta por estos dos físicos. La conclusión de Werner Heisenberg es clara:

> Desde el primer momento participamos en el debate entre el hombre y la naturaleza, en el que la ciencia sólo juega una parte, de modo que la división habitual del mundo entre sujeto y objeto, mundo interno y mundo externo, cuerpo y alma, ha dejado de ser adecuada y crea dificultades.[18]

Erwin Schroedinger coincide plenamente con ello y se limita a afirmar: «Es imposible evitar dichas dificultades, a no ser que se abandone el dualismo».[19]

«Abandonar el dualismo» era exactamente lo que la nueva física había hecho. Además de eliminar la barrera ilusoria entre sujeto y objeto, onda y partícula, mente y cuerpo, mental y material, con la brillante ayuda de Albert Einstein abandonó también el dualismo de espacio y tiempo, energía y materia, e incluso espacio y objetos. El universo está construido de tal manera, comentó Niels Bohr, que lo opuesto de una afirmación verdadera es una afirmación falsa, pero lo opuesto de una verdad profunda es generalmente otra verdad profunda.

Como veremos, al eliminar el dualismo fundamental entre sujeto y objeto, dichos físicos abandonaron en principio *todos* los dualismos. Para ellos, por lo menos, la guerra dualista de términos opuestos había terminado. Dicha contienda de dos mil quinientos años de duración era casi como si el hombre hubiera recibido dos retratos de su propio cuerpo, uno de la parte frontal y otro de la posterior. Al intentar decidir cuál de dichas perspectivas era «realmente real», el hombre se había dividido en dos campos: los «frontistas», firmemente convencidos de que sólo el retrato frontal correspondía a la realidad, y los «posterioristas», que insistían categóricamente en lo

opuesto. Se trataba de un delicado problema, ya que cada campo tuvo que elaborar una teoría para explicar la existencia del contrario, y tanta dificultad tuvieron los frontistas para explicar la existencia de la parte posterior, como los posterioristas la de la frontal. Para evitar la contradicción, los frontistas se dedicaban a huir sistemáticamente de su posterior, mientras los posterioristas lo hacían con el mismo ahínco de su parte frontal. De vez en cuando se cruzaban sus caminos, se lanzaban recíprocamente obscenidades, y a eso lo llamaban filosofía.

No es que el problema de lo frontal y lo posterior fuera extremadamente difícil, ni que se tratara siquiera de un falso problema. Era un problema absurdo. En palabras de Wittgenstein:

> La mayoría de las propuestas y cuestiones que hallamos en las obras filosóficas no son falsas, sino absurdas. Por consiguiente, no se trata de dar una respuesta a este tipo de pregunta, sino de demostrar que es absurda... Y no es sorprendente que los problemas más profundos, en realidad, *no* sean problemas.[20]

Recordemos el comentario de Schroedinger de que la barrera entre sujeto y objeto (o en esta analogía parte frontal y posterior) no puede ser destruida porque jamás ha existido. Así como frontal y posterior son simplemente dos modos distintos de observar un mismo cuerpo, sujeto y objeto, psique y soma, energía y materia son dos caminos de acercamiento a una misma realidad. No darse cuenta de ello y *enfrentar* los términos «opuestos» entre sí, mientras se intenta decidir cuál de ellos es «realmente» real, equivale a condenarse a sí mismo a la frustración crónica y perpetua que supone querer resolver un problema absurdo (para acabar perplejo o furioso al no hallar la respuesta inexistente). El biofísico L. L. Whyte afirma:

> Así la mente inmadura, incapaz de escapar de sus propios prejuicios en favor de la permanencia, incluso al acercarse al aspecto olvidado del proceso de la experiencia, no sabe reconocer la forma auténtica del proceso de desarrollo y queda condenada a luchar en la

> camisa de fuerza de sus dualismos: sujeto/objeto, tiempo/espacio, espíritu/materia, libertad/necesidad, libre albedrío/ley. La verdad, que debe ser única, está plagada de contradicciones. El hombre es incapaz de pensar dónde se encuentra *porque ha creado dos palabras de una sola*.[21]

Es precisamente en el dualismo de «crear dos mundos de uno solo» donde el universo se divide, mutila y se convierte por consiguiente en «falso conmigo mismo», como lo señala G. Spencer Brown. Y la propia base de esta «creación de dos mundos de uno solo» la constituye la ilusión dualista de que el sujeto es fundamentalmente distinto e independiente del objeto. Como hemos visto, esto fue precisamente lo que los mencionados físicos acabaron por descubrir, la introspección culminante de trescientos años de investigación científica consistente y persistente. Este descubrimiento es de suma importancia, ya que permitió que los científicos en cuestión comprendieran lo inadecuado del conocimiento dualista, a condición de reconocer (aunque sólo fuera vagamente) la posibilidad de *otro modo de conocer* la realidad, que no separe al conocedor de lo conocido, ni al sujeto del objeto. Respecto a este segundo modo, Eddington dice:

> Tenemos dos géneros de conocimiento que yo denomino conocimiento simbólico y conocimiento íntimo... Las formas más comunes de razonar han sido desarrolladas exclusivamente para el conocimiento simbólico. El conocimiento profundo no es susceptible de codificación ni análisis; o, mejor dicho, cuando intentamos analizarlo *se pierde su intimidad y la reemplaza el simbolismo*.[22]

Eddington denomina el segundo modo del conocimiento «íntimo», porque el sujeto y el objeto están íntimamente unidos en dicha operación. Sin embargo, a partir del momento en que emerge el dualismo sujeto/objeto, dicha «intimidad se pierde» y la «reemplaza el simbolismo», con lo que caemos inmediatamente de nuevo en ese mundo tan familiar del conocimiento analítico y dualista. Por consiguiente, y antes de extendernos en el tema, el *conocimiento simbólico es conoci-*

*miento dualista.* Y dado que la separación del sujeto y el objeto es ilusoria, el conocimiento simbólico que emana de la misma es también, en cierto sentido, ilusorio. He aquí la metáfora gráfica de Eddington:

> En el mundo de la física observamos la conducta de una sombra de la vida familiar. La sombra de mi codo se apoya en la sombra de la mesa, al tiempo que la sombra de la tinta se esparce por la sombra del papel... La comprensión franca de que las ciencias físicas se ocupan de un mundo de sombras es uno de los más significativos avances recientes.[23]

Comentando el texto anterior, Erwin Schroedinger aclara: «Tengamos en cuenta que los últimos avances no emanan del propio mundo de la física, caracterizado por su condición tenebrosa; lo hacían desde Demócrito de Abdera e incluso con anterioridad, *sin que fuéramos conscientes de ello; creíamos ocuparnos del mundo verdadero*».[24]

La física, y para el caso la mayoría de las disciplinas intelectuales occidentales no trataban del «mundo propiamente dicho» debido a que operaban a través del modo dualista del conocimiento, y de lo que se ocupaban por consiguiente era de las *representaciones simbólicas* de dicho mundo. Ese conocimiento dualista y simbólico es al mismo tiempo el resplandor y la ceguera de la ciencia y de la filosofía, ya que permite elaborar un cuadro sumamente sofisticado y analítico del propio mundo, aunque por muy detalladas e ilustradas que sean dichas representaciones, no pasan de ser precisamente eso: meras *representaciones*. Por consiguiente, su relación con la realidad es la misma que una fotografía de la luna con respecto al propio satélite. Korzybski, padre de la semántica moderna, ha explicado esta introspección con suma lucidez, al describir lo que denomina relación «mapa-territorio». Por «territorio» se entiende el auténtico proceso del mundo, mientras que «mapa» significa cualquier observación simbólica que represente o signifique algún aspecto del territorio. Esto se ve con toda claridad en un mapa común de carreteras, ya que

aunque represente fidedignamente una zona determinada, no es la zona propiamente dicha y a nadie se le ocurriría pasar sus vacaciones en un mapa. Existen, sin embargo, formas mucho más sutiles de mapas, como, por ejemplo, nuestro lenguaje cotidiano. Las propias palabras no son aquello a lo que hacen referencia (en el supuesto de que la palabra haga referencia a algo, ya que muchas de ellas sólo la hacen a otras palabras). Así pues, la palabra *cielo* no es en sí misma azul, el término *agua* no mitiga la sed, la palabra *chuleta* no satisface el apetito, etcétera. Korzybski lo resumió escuetamente afirmando que «digamos lo que digamos que una cosa es, no lo es». Por consiguiente nuestras palabras, nuestras ideas, nuestros conceptos, nuestras teorías, e incluso nuestro lenguaje cotidiano no son más que *mapas* del mundo real, del auténtico «territorio», y así como el mapa de América no es el territorio real, nuestras *ideas* científicas y filosóficas *sobre* la realidad no son la realidad propiamente dicha.

Ahora bien, esto no significa que haya algo particularmente dañino o engañoso en los mapas simbólicos, que están dotados de un valor práctico inmenso y son bastante indispensables para nuestra sociedad civilizada. Sin embargo, como señaló Schroedinger, el problema emerge cuando olvidamos que el mapa no es el territorio, cuando confundimos los símbolos de la realidad con la realidad propiamente dicha. La realidad, por así decirlo, se encuentra «más allá» o «detrás» de esos símbolos tenebrosos que, en el mejor de los casos, son un facsímil de segunda mano. Al no darse cuenta de ello, el hombre se pierde en un universo de estériles abstracciones, pensando sólo en símbolos sobre símbolos acerca de símbolos respecto a nada, sin que la realidad llegue a intervenir en sus elucubraciones. El físico sir James Jeans aclara:

> Como lo demuestra la nueva física, todos los sistemas físicos anteriores, desde la mecánica newtoniana hasta la consabida teoría cuántica, cometen el error de identificar la apariencia con la realidad; concentran su atención en las paredes de la caverna, sin ser siquiera conscientes de una realidad más profunda que hay más allá.[25]

Acercarse a la «realidad más profunda que hay más allá» equivale, ni más ni menos, a descubrir la veracidad del territorio a partir del cual se elaboran todos nuestros mapas. Sin embargo, ahí es donde radica precisamente la dificultad, ya que no se trata de elaborar un mapa simbólico más preciso, más auténtico y más «científico», sino de descubrir un enfoque sobre el territorio que nos permita *prescindir*, aunque sólo sea temporalmente, de *cualquier tipo de mapa*. Después de todo, si el único conocimiento intelectualmente respetable lo constituyen los mapas simbólicos del conocimiento, no tardaremos en disponer única y exclusivamente de mapas sobre mapas acerca de mapas, y habremos olvidado por completo el territorio que constituía el objeto original de nuestra investigación. Así pues, el conocimiento simbolicodualista es inadecuado para nuestro propósito, ya que lo que precisamos en su lugar es un enfoque no simbólico ni dualista o, en palabras de Eddington, un «*conocimiento íntimo de la realidad, más allá de los símbolos de la ciencia*».[26]

Recordemos que tanto Heisenberg y Schroedinger como Einstein descubrieron que la textura de la realidad es tal que el observador y el suceso, el sujeto y el objeto, el conocedor y lo conocido, *no son separables*. Por tanto, para comprender esto profundamente precisamos un modo de conocer comparable,[27] un modo de conocer cuya naturaleza sea inseparable de lo que conoce. Era a este modo no dual de conocer al que Schroedinger se refería cuando afirmó, por una parte, que «el mundo se da una sola vez. Nada se refleja. La imagen original y la del espejo son idénticas»,[28] y por otra que «todo esto (es decir, la filosofía occidental) presupone que aceptamos la discriminación entre sujeto y objeto consagrada por los tiempos. A pesar de que lo aceptemos en la vida cotidiana "como referencia práctica", a mi entender deberíamos prescindir de ello en el pensamiento filosófico».[29]

Por consiguiente, de acuerdo con lo descubierto por los mencionados físicos, disponemos de *dos modos básicos de conocer*: el primero denominado mapa, conocimiento simbólico, inferencial o dualista, y el segundo conocido como íntimo,

directo o conocimiento no dual.[30] Como hemos visto, la ciencia en general partió exclusivamente del conocimiento simbólico y dualista «estilo mapa», concentrándose en las «sombras», pero como consecuencia de los últimos descubrimientos en las ciencias físicas, este modo de conocer ha resultado ser inadecuado, por lo menos en ciertos aspectos, para el «conocimiento auténtico» tan falazmente prometido. Dicha insuficiencia ha inducido a numerosos físicos a recurrir al segundo modo, o íntimo, de conocer, o por lo menos a plantearse la necesidad de dicho tipo de conocimiento.

Sin embargo, ahora debemos rebasar los límites de las ciencias estrictamente físicas, ya que estos dos modos de conocer son universales; es decir, han sido reconocidos de una forma u otra en diversos momentos y lugares a lo largo de la historia de la humanidad, desde el taoísmo hasta William James, desde el Vedanta hasta Alfred North Whitehead y desde el Zen hasta la teología cristiana, como lo indican los siguientes ejemplos. Podríamos enumerar gran cantidad de muestras de las diversas escuelas y tradiciones de la filosofía, psicología, religión y ciencia, pero nos contentaremos con las breves citas que figuran a continuación.

El camino de la liberación denominado taoísmo reconoce estas dos formas generales del conocimiento como *conocimiento convencional* y *conocimiento natural*; es decir, el conocimiento del universo tal como se denomina y define convencionalmente, en contraposición al conocimiento del camino (tao) del universo como es en realidad.

> Para nosotros, todo conocimiento es lo que un taoísta llamaría *convencional*, porque tenemos la sensación de no saber nada a no ser que podamos representárnoslo a nosotros mismos con palabras, o algún otro sistema convencional de signos como los matemáticos o musicales. Dicho conocimiento se denomina convencional porque es cuestión de consenso social en cuanto a los códigos de comunicación.[31]

Esto, en otras palabras, es el primer modo, o simbólico, de conocer, mientras que el segundo, para el taoísmo, es «el

conocimiento no convencional (encaminado a) la comprensión directa de la vida, en lugar de los abstractos términos lineales del pensamiento representador».[32]

Estas dos formas de conocimiento se distinguen también con toda claridad en el hinduismo, que en el *Mundaka Upanishad* (1.1.4) declara: «Existen dos modos del conocimiento que podemos alcanzar, que los conocedores de Brahma denominan superior e inferior». El modo inferior, llamado *aparividya*, corresponde a lo que nosotros hemos denominado mapa simbólico del conocimento, y se trata de un conocimiento indiferenciado, conceptual y comparativo, basado en una distinción entre el conocedor (*pramatr*) y lo conocido (*visaya*). El modo superior, denominado *paravidya*, «no se alcanza avanzando progresivamente a través de las órdenes inferiores del conocimiento, como si se tratara de la última etapa de una serie, sino de golpe, de un modo, por así decirlo, intuitivo e inmediato».[33] Esto corresponde a nuestro segundo modo de conocimiento, o no dual, ya que se trata de «una *visión intuitiva de la no dualidad*, única y autocertificante».[34]

La teología cristiana también está perfectamente familiarizada con estos dos modos de conocimiento, como lo demuestran las siguientes palabras del teólogo Nicholas Berdyaev:

> No podemos prescindir del simbolismo en el lenguaje ni en el pensamiento, pero sí en la conciencia primaria. Al describir experiencias espirituales y místicas el hombre siempre puede recurrir a símbolos espaciales tales como la altura y la profundidad, símbolos de este u otro mundo (primer modo del conocimiento). Pero en la experiencia espiritual auténtica estos símbolos desaparecen... El acto creativo primigenio es realista y no simbólico (segundo modo del conocimiento); *está desprovisto de elaboración conceptual*.[35]

Introspecciones semejantes a la anterior son bastante abundantes en la teología cristiana. Para el maestro Eckhart, por ejemplo, el conocimiento del simbolismo cartográfico es «el conocimiento crepuscular en el que la creación se percibe a través de ideas claramente discernibles», mientras que el se-

gundo modo no dual es lo que denomina «conocimiento diurno», ya que en dicho modo «las criaturas se perciben sin distinción alguna, habiendo rechazado todas las ideas y prescindido de todas las comparaciones en la unidad que es el propio Dios».[36] La teología cristiana en general reconoce este segundo modo como «la forma divina de conocer, no por medio de ningún objeto externo del conocedor», que señala claramente su naturaleza no dual.

En el budismo Mahayana, los modos de conocimiento simbólico y no dual se conocen con los nombres de *vijnana* y *prajna* respectivamente. La raíz sánscrita *jna* es similar a nuestras raíces cna y gno, de las que se derivan palabras como «conocimiento» y «gnosis», mientras que el prefijo sánscrito *vi* significa esencialmente «dividir», por lo que el significado de la palabra *vijnana* es el de conocimiento en esencia dualista. En contraste con *vijnana* tenemos *prajna* («prognosis»), como modo de conocimiento no conceptual, no simbólico y no dual. D. T. Suzuki aclara:

> Prajna va más allá que vijnana. Nos servimos de vijnana en nuestro mundo de los sentidos y del intelecto, caracterizado por el dualismo en el sentido de que hay alguien que ve y algo que es visto, uno en oposición al otro. En prajna esta diferenciación no tiene lugar; *lo que se ve y el que ve son idénticos*; *el observador es lo observado y lo observado es el observador*.[37]

Quizá ningún filósofo moderno ha hecho tanto hincapié en la importancia fundamental de distinguir dichos dos modos de conocimiento como Alfred North Whitehead, que ha señalado insistentemente que las características fundamentales del conocimiento simbólico son la *abstracción* y la *bifurcación* (es decir, la dualidad). Según Whitehead, por muy útil que pueda ser el proceso de abstracción en el funcionamiento cotidiano, en el fondo es «falso», en cuanto opera basándose en las características más notables de un objeto y haciendo caso omiso de todo lo demás, por lo que «*la abstracción no es más que la omisión de parte de la verdad*». La operación del cono-

cimiento simbólico se caracteriza a su vez por la bifurcación, «*la división del manto invisible del universo*», agrediendo, por consiguiente, al mismo universo que intenta comprender. Whitehead también ha señalado que, por regla general, ha crecido la magnitud de dichos errores, debido a que «hemos confundido nuestras abstracciones con las realidades concretas», error que Whitehead ha calificado de «falacia de la concreción desplazada» (que es a lo que nos referíamos anteriormente al hablar de la confusión entre el mapa y el territorio). Opuesta a esta forma de conocimiento, tenemos lo que Whitehead denomina «prensión», que es una «sensación» íntima, directa, no abstracta ni dual de la realidad.[38]

En este sentido, Whitehead coincide plenamente con su «predecesor espiritual», William James, que afirma:

> Hay dos formas de conocer las cosas, el conocimiento inmediato o intuitivo, y el conocimiento conceptual o representativo. A pesar de que ciertas cosas, como el papel blanco que tenemos ante los ojos, pueden conocerse intuitivamente, la mayor parte de lo que sabemos, como, por ejemplo, la existencia actual de tigres en la India o el sistema de filosofía escolástica, sólo lo conocemos de un modo representativo o simbólico.[39]

El pensamiento simbólico o representativo es un modo de conocimiento con el que estamos todos familiarizados: se considera al sujeto «independiente» del objeto y el «saber» consiste en establecer «una cadena externa de intermediarios físicos o mentales que vinculen el pensamiento con el objeto». Sin embargo, el segundo modo de conocimiento no contiene dicha duplicidad ya que, en palabras de James, «*cuando el conocimiento es inmediato o intuitivo, el contenido mental y el objeto son idénticos*.[40]

El reconocimiento de los modos simbólico y no dual del conocimiento ocupa también un lugar destacado en las obras de Henri Bergson (intelecto contra intuición), Abraham Maslow (conocimiento intelectual contra conocimiento fusional), Trigant Burrow (distensión contra cotensión), Norman O.

Brown (conocimiento dualista contra conocimiento carnal; «carnal» debido a que el sujeto y el objeto se convierten en uno en el acto del conocimiento), Andrew Weil (abstinente contra colocado), Krishnamurti (pensamiento contra conciencia), Spinoza (intelecto contra intuición), por no hablar del trabajo embrionario de Dewey sobre el transaccionalismo, y limitándonos a mencionar un número reducidísimo de autores.

Ahora bien, si es cierto que al dividir el universo en sujeto y objeto, en conocedor y conocido, al «crear dos mundos de uno solo», al «dividir el manto indivisible del universo» y, en resumen, al realizar este acto primigenio de dualismo el universo queda mutilado, desgarrado y aislado de sí mismo, convirtiéndose por consiguiente en «falso consigo mismo», nuestra única esperanza de conectar con la realidad —si es que efectivamente existe— dependerá necesariamente del abandono total del modo dualista de conocimiento, que no hace más que repetir dicho acto primigenio de mutilación en cada uno de sus pasos. Si aspiramos a conocer la realidad en su conjunto y plenitud, a dejar de eludirnos y escapar de nosotros mismos por el mismísimo hecho de intentar encontrarnos, y si lo que nos proponemos es entrar en la realidad concreta del territorio y no permitir que sigan confundiéndonos los mapas que ineludiblemente dominan a sus propietarios, en tal caso debemos abandonar el modo simbolicodualista de conocimiento, que desgarra la textura de la realidad en el propio intento de comprenderla. En una palabra, lo que debemos hacer es salir de las tinieblas del conocimiento crepuscular, para entrar en el resplandor del conocimiento diurno; *si nuestro propósito es conocer la realidad, es al segundo modo de conocimiento al que debemos acabar por recurrir*. De momento nos basta con saber que poseemos dicho conocimiento diurno, pero nuestra satisfacción será enorme cuando logremos despertarlo plenamente.

# 3. LA REALIDAD COMO CONCIENCIA

Hemos visto que el hombre tiene a su alcance dos modos básicos de conocer, y es sumamente significativo el hecho de que la gran mayoría de científicos, filósofos, psicólogos y teólogos que han llegado a una comprensión plena y profunda de ambos modos hayan llegado a la conclusión unánime e ineludible de que sólo a través del modo no dual puede alcanzarse el «conocimiento de la realidad». En otras palabras, han llegado a la misma conclusión que los físicos cuánticos modernos, de cuyo trabajo hemos hablado ampliamente. Sin embargo, esto resulta difícil de comprender para la mayoría de los occidentales, ya que nuestra civilización, nuestra identidad personal, nuestras filosofías y nuestras metas en la vida están tan arraigadas en el modo de conocer dualista, que cualquier sugerencia de que dicho dualismo genere una ilusión, en lugar de la realidad, produce un rechazo interior en la mayoría de nosotros. No obstante, también hemos señalado las dificultades intrínsecas del conocimiento simbolicocartográfico. Es dualista el hecho de dividir el universo en «observador» y «observado», «creando» de ese modo «dos mundos de uno solo» y convirtiendo así el universo en «falso consigo mismo». Este proceso de conocimiento se convierte en doblemente corrupto cuando el universo abstraído y simbolizado por el mismo se confunde con el universo auténtico, cuando el mapa se confunde con el territorio, y cometemos la falacia de la concreción desplazada. Atrapados en dicha algarabía, equipados única y exclusivamente con las herramientas mencionadas, descubrimos al acercarnos a la realidad que nuestras teorías e imágenes del mundo se desintegran con la misma facilidad

con que las elaboramos, que en la base del mundo físico no hallamos una promesa de certeza sino un principio de indeterminación, un teorema de la incompletud en la base del mundo mental y, en resumen, que toda «observación perturba la realidad». Ésta es la naturaleza del conocimiento dualista y, sin embargo, parecemos menos dispuestos a examinar la idoneidad de dicho conocimiento que a buscar medios «innovadores» e «ingeniosos» —principalmente a través de la tecnología (ya que la tecnología es una extensión natural de la «duología»)— que nos permitan incrementar su uso. En otras palabras luchamos encarnizadamente para defender la fuente de nuestras ilusiones. Como declaró Eddington, «... nosotros, que debemos resolver el problema, formamos parte del mismo», y el problema, en el sentido más estricto de la palabra, estriba en ser adictos al conocimiento dualista. «Así pues —afirma Alan Watts— no somos ni remotamente conscientes de lo peculiar de nuestra situación y nos resulta difícil reconocer el simple hecho de que, por otra parte, ha existido un único consenso filosófico de alcance universal. Del mismo son portadores hombres que hablan de las mismas introspecciones y predican esencialmente la misma doctrina, tanto en la actualidad como hace seis mil años, ya sea en Nuevo México, en el extremo Oeste, o en Japón, en el lejano Oriente.»[1]

Es probable que a la mayoría este tipo de afirmación nos parezca una enorme exageración, ya que cuando ni siquiera coincidimos en política, es mucho más difícil que lo hagamos en cuanto a la realidad absoluta. ¿Qué duda cabe de que la visión de la realidad de un budista Ch'an de la antigua China debe ser muy diferente de la de un bioquímico moderno y bien formado, y de que su criterio será asimismo distinto del de un teólogo europeo del siglo XIV? Sin embargo, la respuesta no es tan simple, ya que debemos examinar la pregunta desde dos niveles distintos, porque, como hemos visto, existen dos modos diferentes de conocer la realidad. Enfocando así el problema, es demostrablemente cierto que la imagen del mundo presentada por el conocimiento simbolicocartográfico ha variado enormemente de cultura en cultura, y habi-

tualmente de persona en persona en una misma cultura a lo largo de la historia. Además, nuestra imagen mundial simbólica de la realidad seguirá cambiando conforme actualicemos y revisemos nuestras ideas científicas, económicas e históricas *sobre* la realidad. Pero el modo de conocimiento no dual no admite en su «contenido» *ninguna* idea ni símbolo más que la propia realidad, una realidad *idéntica* en todo momento y en todo lugar, de forma que dicho modo de conocimiento se convierte en sí mismo en «un consenso filosófico único de alcance universal», una comprensión de la realidad «compartida por hombres que hablan de las mismas introspecciones y predican esencialmente la misma doctrina, tanto si viven en la actualidad como si lo hicieron hace seis mil años». Utilizando dicho modo, la realidad experimentada por el budista Ch'an, el teólogo europeo y el bioquímico moderno es exactamente la misma.[2]

Así pues, el conocimiento simbolicocartográfico puede generar numerosas imágenes distintas del mundo, mientras que el conocimiento no dual ni simbólico representa una sola imagen (o, mejor dicho, una *comprensión*, ya que dicho modo de conocimiento no es verbal y por consiguiente tampoco pictórico). A guisa de ejemplo rudimentario, imaginemos un común «banana split»; cabría describirlo, a través del conocimiento simbolicocartográfico, de distintas maneras. Desde un punto de vista químico, se puede considerar como un compuesto de carbono, nitrógeno, hidrógeno, oxígeno, azufre, fósforo y ciertos elementos fundamentales. Desde un planteamiento económico, cabría describirlo en términos de las fluctuaciones del mercado, que determinan el coste de sus componentes. En un sentido cotidiano, se describiría simplemente como un helado con plátanos, nueces y salsa de chocolate. He aquí tres descripciones distintas de un mismo producto, ¿deducimos de las mismas que existen tres «banana splits» diferentes? No lo hacemos porque sabemos que en el fondo de dichas descripciones simbólicas hay un solo helado, que llegamos a conocer no por su descripción sino probándolo, experimentándolo por medios no verbales. Asimismo, según

lo afirma la mencionada tradición universal, existe una sola realidad, aunque susceptible de ser descrita de muchas maneras distintas utilizando diversos mapas simbólicos. Por consiguiente, a lo largo de la historia ciertos hombres han comprendido esta realidad única abandonando temporalmente el conocimiento simbolicocartográfico y experimentando directamente esa realidad subyacente, ese único territorio en el que se basan todos nuestros mapas. En otras palabras, dejan de hablar de ello para, en su lugar, experimentarlo y es el «contenido» de esa experiencia no dual en lo que consiste, según se afirma universalmente, la realidad absoluta.

Como ya hemos señalado, la «prueba» definitiva no consiste en su demostración lógica, sino en el hecho experimental, y sólo emprendiendo el experimento para despertar el segundo modo de conocimiento descubriremos por nosotros mismos su veracidad. Más adelante describiremos dicho experimento, pero entretanto deberemos contentarnos con demostrar la *plausibilidad* de que ese segundo modo de conocimiento revele la realidad. Y no cabe duda de que plausible lo es, ya que *se salta directamente las mutilaciones relacionadas con el modo dualista de conocimiento*. No bifurca el universo, ni rasga su manto indivisible para despedazarlo y convertirlo en falso consigo mismo, así como tampoco lo fuerza por el colador de la lógica, para quedarse luego perplejo ante los confusos resultados. En palabras de Teilhard de Chardin:

> Hasta ahora hemos observado la materia como tal, es decir, según sus cualidades en un volumen determinado, como si fuera permisible romper un fragmento y estudiar la muestra independientemente de lo demás. Ha llegado el momento de señalar que dicho procedimiento no es más que una simple evasiva intelectual. Considerado en su realidad física y concreta... el universo no se puede dividir a sí mismo ya que, como una especie de «átomo» gigantesco, constituye en su totalidad... lo único real indivisible... Cuanto más lejos y con mayor profundidad penetramos en la materia, gracias a métodos crecientemente poderosos, mayor es nuestra confusión ante la interdependencia de sus componentes. Cada elemento del cosmos está positivamente entrelazado con todos los demás... *Es imposible fragmentar dicha*

> *red, aislar parte de la misma, sin que todos sus bordes se rasguen y deshilachen*. A nuestro alrededor, hasta donde alcanza la vista, el universo se mantiene unido y sólo hay una forma realmente posible de considerarlo, es decir, en su conjunto, como una sola pieza.[3]

Y eso es precisamente lo que hace el modo no dual de conocimiento: «coge» el universo «en su conjunto, en una sola pieza», sin las divisiones ni fragmentaciones características del modo simbolicocartográfico. En cuanto a las «características» más específicas del modo no dual, las iremos señalando a lo largo de la obra. No se trata evidentemente de algo que pueda describirse simbólicamente en su totalidad, ya que eso sería conocimiento simbolicocartográfico. Como lo señaló Eddington, este «conocimiento íntimo» no es susceptible de análisis ni de codificación, pero observándolo desde distintos ángulos es de esperar que el lector, cuando acabe de leer este libro, haya adquirido cierta «sensación» del mismo. De momento sólo queremos aclarar que al hablar del universo «en su conjunto» o «de una sola pieza», como lo hace Chardin, no nos referimos al malabarismo hegeliano que alcanza «la totalidad del universo» gracias a una especie de suma supernumérica. Para Hegel, la realidad de cada «cosa» independiente consiste en ser un aspecto del todo, de modo que cualquier cosa sólo está dotada de «realidad» como parte de dicho todo y es por consiguiente sumando indefinidamente fragmentos como llegamos por fin a alcanzar lo absoluto. La idea tiene indudablemente cierto mérito, pero a fin de cuentas «sumar fragmentos» es una «evasiva intelectual» como la de «dividir fragmentos»; el modo de conocimiento no dual opera cuando no existen todavía fragmentos, divisiones ni dualidades que sumar o dividir.[4] Además, como intentaremos aclarar, cada «cosa independiente» no es un *aspecto* del todo sino el todo propiamente dicho. Por consiguiente, tampoco hay que confundir el «todo» con el panteísmo de Spinoza.

Podemos trasladar esta discusión epistemológica a bases más psicológicas, destacando que *diferentes modos de conocimiento corresponden a diferentes niveles de conciencia*, a dis-

tintas bandas fácilmente reconocibles del espectro de la conciencia. Además, nuestra identidad personal está íntimamente relacionada con el nivel de conciencia desde el cual y en el cual operemos. Por tanto, todo cambio en nuestro modo de conocer produce un cambio en nuestro sentido básico de la identidad. Así pues, cuando nos limitamos a utilizar el modo de conocimiento simbólico y dualista, que separa al sujeto conocedor del objeto conocido, otorgando a dicho objeto un símbolo o nombre apropiado, nosotros nos sentimos también distintos y ajenos al universo, identidad representada por nuestro papel y nuestra autoimagen; es decir, el símbolo pictórico que hemos formado de nosotros mismos, convirtiéndonos dualmente en un objeto con respecto a nosotros mismos. Sin embargo, el conocimiento no dual opera de un modo distinto ya que, como hemos dicho, la naturaleza de dicho modo es la de ser uno con lo conocido, lo que evidentemente supone un cambio en nuestro sentido de la identidad.

Sin embargo, antes de proseguir, debemos aclarar un punto de suma importancia. Figurativamente, hemos afirmado que el «contenido» del modo no dual de conocimiento es la realidad absoluta, ya que revela el universo en su absoluta autenticidad, no como se encuentra convencionalmente dividido y simbolizado. No obstante, hablando con toda propiedad, no existe una cosa llamada realidad y otra denominada conocimiento de la realidad, que constituiría el colmo del dualismo, sino que *el conocimiento no dual es la realidad*, cuyo «contenido» es sí mismo. La única razón por la que seguimos hablando del conocimiento no dualista de la realidad, como si ambas cosas estuvieran de algún modo separadas, se debe a que nuestro lenguaje es tan dualista que resulta positivamente difícil definirlo de cualquier otro modo. Pero debemos tener siempre presente que el conocimiento y lo real forman una unidad en la experiencia primigenia.

Llegamos, por consiguiente, a una conclusión asombrosa. Dado que los modos de conocer corresponden a niveles de la conciencia y que la realidad es un modo particular de conocer, se deduce que la *realidad es un nivel de la conciencia.*

Esto no significa, sin embargo, que el «material» de la realidad sea el «material de la conciencia», ni que los «objetos materiales» estén realmente formados por la conciencia, o que la conciencia sea una especie de masa nebulosa de viscosidad indiferenciada. Sólo significa (y aquí debemos recurrir temporalmente al lenguaje dualista) que *la realidad es lo que se revela del nivel no dual de la conciencia que hemos denominado mente*. El hecho de que se revele es un acto experimental, pero no se puede describir con precisión *lo que* se revela sin recurrir al modo simbólico de conocimiento. Por consiguiente, afirmamos que la realidad no es ideal, material, espiritual, concreta, mecanicista ni vital; *la realidad es un nivel de la conciencia y sólo dicho nivel es real*.

Debemos hacer hincapié en que, no por el hecho de afirmar que sólo dicho nivel de la mente, o simplemente la mente, sea la realidad absoluta, se trate de la doctrina filosófica de idealismo subjetivo, aunque superficialmente se preste a dicha interpretación, ya que el idealismo subjetivo es un punto de vista según el cual se explica el universo únicamente como contenido de la conciencia, de modo que sólo el sujeto (o ideal) es real y todos los demás objetos son fundamentalmente epifenómenos. Esto, sin embargo, no es más que una forma sutil y sofisticada del juego del delante contra el detrás, un modo de eludir el problema del dualismo declarando la mitad del mismo irreal, en este caso todos los objetos. Además, cuando afirmamos que la mente es realidad, no se trata de una conclusión lógica sino de una experiencia cierta; como hemos señalado, la realidad es «lo que» se comprende y se siente en el nivel no dual y no simbólico de la mente. A pesar de que una filosofía determinada suele basarse en esta experiencia fundamental, la experiencia propiamente dicha no es en absoluto una filosofía, sino más bien la suspensión temporal de toda filosofía; no es un punto de vista entre tantos otros, sino la ausencia de todo punto de vista. Es lo que los hindúes denominan *nirvikalpa samadhi*, «concienciamiento desprovisto de imágenes», o lo que los budistas tibetanos llaman *hzin-dan-bral-pahi sems*, «mente libre de todo pensamien-

to conceptual», o a lo que los budistas Ch'an se refieren con el término *wu-nien*, la mente en un estado de «no pensamiento». El pensamiento dualista, que niega la realidad, debe ser a su vez negado.

Por consiguiente, al afirmar que la realidad es un nivel de la conciencia, o que la realidad es sólo la mente, nos referimos ni más ni menos a un estado de concienciamiento en el que el observador *es* lo observado, y en el que el universo *no* está dividido en un estado que ve y otro que es visto. Si es la fragmentación mutiladora lo que convierte al universo en falso con respecto a sí mismo, la realidad sólo puede ser el estado anterior a dicha mutilación. Básicamente, es ese nivel de concienciamiento no dual lo que denominamos sólo mente, ya que dicho estado es el único real.

Hemos mencionado que un cambio en el modo de conocer corresponde a un cambio en el nivel individual de la conciencia y esto, a su vez, corresponde a un cambio en el sentido de identidad. Más adelante aclararemos debidamente estas correspondencias, pero ahora debemos ocuparnos por lo menos del último factor, es decir, del cambio de identidad. El modo dualista de conocimiento limita la identidad al *conocedor*, mientras que todo lo demás, lo *conocido*, parece sustancialmente remoto y ajeno. Sin embargo, con el cambio al modo no dual de conocimiento, el conocedor se siente uno con lo conocido, de modo que su identidad cambia también del aislamiento individual al todo, ya que conocer la realidad equivale a identificarse con ella misma. En palabras de Erwin Schroedinger:

> Por inconcebible que parezca a la razón ordinaria (es decir, el modo primero o dualista), todos y cada uno de los seres conscientes como tales lo son todo en el todo. Por consiguiente, la vida que uno vive no es sólo un fragmento de la existencia en su totalidad, sino en cierto sentido el *conjunto*... Así pues, uno puede arrojarse al suelo, extenderse sobre la Madre Tierra, con la certera convicción de que es uno con ella y ella con uno. Uno está tan firmemente establecido y es tan invulnerable como ella, a decir verdad mil veces más firme e invulnerable. Con la misma certeza que le absorberá a uno mañana, le devolverá a la lucha y al sufrimiento. Y no sólo «algún día».

> Ahora, hoy, le está devolviendo a uno, no *una sola vez* sino miles de miles de veces, al igual que le absorbe a diario millares de veces.[5]

Y éstas no son las palabras de un confuso «místico», sino de la mente clara que fundó la mecánica cuántica.

Para demostrar que esta experiencia que hemos descrito como «sólo mente» —es decir, la experiencia «de» la realidad absoluta «alcanzada» por el modo no dual de conocer— es efectivamente universal, nos proponemos presentar un informe más o menos global, aunque sumamente breve, de las principales tradiciones que se han sumado a dicha experiencia. Pero para ello debemos explicar primero los instrumentos de comunicación que utilizaremos, y esto es inmediatamente problemático. Por comunicación verbal o lingüística se entiende generalmente la transmisión de información o su restricción mediante imágenes, símbolos o ideas. Pero la realidad no es una imagen, no es un mapa, sino el territorio y, si bien podríamos incluir un mapa de Luisiana en este libro, nunca podríamos incluir el territorio propiamente dicho. Por ello los taoístas insisten en que «quien sabe no habla y quien habla no sabe». Puesto que las propias palabras forman «parte» de la realidad, si nuestro propósito es describir plena y completamente la realidad con palabras, debemos también describir las palabras que utilizamos y a continuación describir las palabras que usemos para describir las primeras palabras... y la realidad se pierde en un círculo vicioso. Según dijo un filósofo, «en sentido estricto, no podemos llegar a pensar en absoluto en la vida y en la realidad, porque ello tendría que incluir pensar sobre pensar, pensar sobre pensar sobre pensar y así hasta el infinito».[6] Dicho proceso es simplemente otro ejemplo de un intento fútil de dividir el universo en observador y observado, narrador y narrado, mutilándolo y convirtiéndolo así en falso consigo mismo. La comunicación lingüística, que en su sentido más amplio es simplemente la transmisión de pautas de palabras, a fin de cuentas no es más que «el reflejo de la realidad en el espejo de la ilusión».

No obstante, las palabras pueden ser útiles, aunque sólo sea para recordarnos lo que somos, es decir, para volver a mentalizarnos, a centrarnos de nuevo en la mente. Para lograrlo con la mayor precisión que el medio lingüístico permite, tendremos que destacar cuidadosamente las formas básicas de utilizar el lenguaje para *señalar* o *sugerir* la realidad. Creemos que, en general, *existen dos tipos de elaboraciones simbólicas que pueden ser utilizadas* (ya sea juntas o por separado) *de tres modos principales* para hablar «acerca de y acerca de» la realidad. En primer lugar describiremos dos tipos básicos de elaboraciones simbólicas y a continuación explicaremos las tres formas en que se utilizan.

El primer tipo de elaboración simbólica es lineal, unidimensional, analítico y habitualmente lógico. Es el tipo de elaboración simbólica que podemos encontrar en las publicaciones científicas, en tratados jurídicos y en la mayoría de las obras filosóficas, donde se enlaza una colección de símbolos meticulosamente definidos, uno tras otro, en una «línea», de acuerdo con la sintaxis peculiar del sistema. Esta oración constituye un ejemplo de lo dicho y su linealidad es perfectamente evidente, porque en realidad se extiende a lo ancho de la página formando «líneas impresas». Se trata de una forma de elaboración simbólica sumamente precisa, pero también muy torpe, porque se ve obligada a desglosar la enorme «complejidad» del universo en simples líneas y a digerir la realidad en torpes fragmentos, que es como explorar el interior de una oscura cueva con la única ayuda de una linterna. Este género de elaboración simbólica podría subdividirse ahora en deductivo, inductivo, alógico, analógico, binario, metalógico, etcétera, pero estas características generales bastarán para nuestro propósito.

El segundo tipo básico de elaboración simbólica es el que solemos denominar «imaginativo». En este caso se trata de una elaboración simbólica pictórica y multidimensional, que se halla en el corazón de la expresión artística, de los mitos, la poesía, los sueños y la imaginación. Carece de lógica, por lo menos en el sentido más estricto de la palabra, pero suele en-

cerrar un significado que, en general, se capta con una ojeada, como el de un cuadro o ilustración; en estos sentidos, es totalmente diferente del primer tipo de elaboración lineal.

Ambos tipos de elaboración simbólica pueden utilizarse para expresar parcialmente la realidad, pero ninguno de ellos logra abarcarla por completo. Como diría el Zen, son como dedos que apuntan a la luna. El problema, como siempre, estriba en no confundir el dedo con la propia luna.

Estos dos tipos de elaboración simbólica pueden utilizarse (juntos o por separado) de tres formas básicamente distintas para apuntar a la mente; a saber: la analógica, la negativa y la preceptiva. La primera, es decir, la analógica, describe la realidad en términos de *como aparenta ser*. Se sirve de cualidades positivas y finitas tan abrumadoras que pueden sugerir o apuntar eficazmente hacia lo absoluto. Entre dichas cualidades se suele incluir la onmipotencia, la omnipresencia, la omnisciencia, el ser infinito, la suprema bienaventuranza, la sabiduría y el amor insuperados, la conciencia infinita, etcétera. En el Vedanta, por ejemplo, lo absoluto así caracterizado recibe el nombre de *saguna Brahman*. El prefijo «sa» significa «con» y «guna» «cualidades», de modo que *saguna Brahman* significa lo absoluto dotado de cualidades analógicas para ayudar a dirigir nuestro intelecto finito, y las cualidades que habitualmente se atribuyen a *saguna Brahman* son las del ser absoluto, la conciencia y la bienaventuranza. San Dionisio (seudoareopagita) utilizó el término *kataphatic* para referirse a esta forma analógica de apuntar a lo absoluto, que significa descripciones positivas y finitas utilizadas para sugerir la naturaleza de la realidad. Por regla general, estas descripciones analógicas suelen pertenecer al tipo lineal de elaboración simbólica, pero acostumbran a ir acompañadas ineludiblemente de elaboraciones de tipo imaginativo, como las evidencias por ilustraciones religiosas, cuadros, crucifijos, mandalas, imaginería y relatos mitológicos, etcétera. Este medio analógico es muy común en casi todas las formas religiosas populares, pero especialmente en el cristianismo, en ciertas formas de tantra como el Vajrayana y en el hinduismo.

El segundo camino, el negativo, describe la realidad de una forma enteramente negativa, ya que, como señaló santo Tomás, «debemos avanzar por el camino de retroceso, puesto que Dios en su inmensidad excede toda concepción que nuestro intelecto pueda formar». La vía que santo Tomás llamó *negativa*, san Dionisio la denominó *apofántica* y relacionó dicha forma con la escultura, ya que sólo eliminando todas las obstrucciones se llega al «producto acabado». Esto no representa en modo alguno un nihilismo exacerbado, sino el simple reconocimiento de que, tarde o temprano, tendremos que dejar de contemplar sólo los mapas si lo que deseamos ver directamente es el territorio. En el Vedanta esto se expresa con la frase «neti, neti», lo absoluto «no es eso ni aquello» ni ninguna idea o cosa en particular, sino la «realidad subyacente». Así pues, Brahma, en este contexto, recibe el nombre de *nirguna Brahman*, donde «nir» significa «sin». Brahma, en esencia, carece de toda cualidad describible, ya que cualquier cualidad que se le atribuya a Brahma excluye necesariamente la cualidad opuesta (por ejemplo, si es «bueno» no puede ser «malo»), lo cual impone una *limitación* a Brahma, mientras que lo absoluto está desprovisto de tales limitaciones; es «neti, neti». En el budismo Mahayana, especialmente en el Madhayamika y sus ramificaciones, la realidad recibe el nombre de *sunyata*, «vacío», lo que no significa una nada en blanco y sin característica alguna, sino la comprensión de que uno no puede afirmar nada directamente acerca de lo absoluto, sin caer en el círculo vicioso que le obliga a uno a afirmar sobre afirmaciones sobre afirmaciones sobre... ¿qué? La realidad es el vacío porque está desprovista de elaboración conceptual.

Estas dos formas, la analógica y la negativa, por útiles que puedan ser, no pasan, como tantos charloteos, de ser intentos vanos de definir o analizar una realidad que «no se somete a análisis ni codificación». «¿Y qué hallaréis?», pregunta el maestro de Zen, Rinzai. «Sólo palabras y nombres, por excelentes que sean. Jamás la alcanzaréis (la realidad). Podéis estar seguros de ello.» El tercer camino, por consiguiente, es una invitación en forma de conjunto de reglas experimentales

para descubrir la realidad por uno mismo. Es lo que G. Spencer Brown denomina *precepto*, del que dice que:

> es comparable a las formas prácticas del arte como la cocina, en la que el gusto de un pastel, aunque literalmente indescriptible, puede ser transmitido al lector en forma de una serie de preceptos denominados receta. La música es una forma artística semejante, en la que el compositor no pretende describir el conjunto de sonidos que imagina, ni mucho menos los sentimientos provocados por los mismos, pero escribe una serie de órdenes que, de ser obedecidas por el lector, podrán resultar en la reproducción de la experiencia original del compositor.[7]

Así pues, a pesar de que la realidad, al igual que todas las experiencias e introspecciones, es literalmente indescriptible, puede ser indirectamente encauzada fijando un conjunto de reglas, que si se siguen plena y fidedignamente conducen a la experiencia de la misma. Especialmente en este sentido afirmamos que la mente o la conciencia es la realidad: *no se trata de una descripción sino de una directriz*.

Esta tercera forma preceptiva constituye el corazón del hinduismo, el budismo y el taoísmo, y está también presente en los aspectos místicos del islamismo, el cristianismo y el judaísmo. Así pues, tanto en el hinduismo como en el budismo, el término utilizado para la verdad absoluta, *dharma*, significa también «camino», por lo que cuando se dice que la realidad es el *dharma* de Buda, quiere decir el camino de Buda, su directriz para alcanzar la realidad o, lo que es lo mismo, para alcanzar el modo no dual de conocer. La verdad, en cuanto a su posibilidad de describirla con palabras, debe consistir siempre en un conjunto de instrucciones encaminadas a despertar el modo no dual de conocer y por consiguiente a experimentar directamente la realidad. En este sentido podemos comprobar que las elaboraciones verbales de la realidad pueden diferir enormemente de cultura en cultura y de individuo en individuo, ya que cada investigador, además de utilizar un conjunto diferente de símbolos analógicos o negativos, usa su propia serie particular de instrucciones, pero cuando éstas

conducen al modo no dual de conocimiento, la realidad experimentada es universalmente la misma.

Señalemos que estos tres caminos, el analógico, el negativo y el preceptivo, sugieren *cómo es* la realidad, lo que *no es* y lo que podemos hacer para *alcanzarla*. Sin embargo, ninguno de ellos dice *lo que es*, ya que una afirmación directa y positiva sobre la realidad en su conjunto debe ser necesariamente autocontradictoria o carente de significado. Carente de significado porque calificarlo todo equivale a no calificar nada. Autocontradictoria en cuanto la propia afirmación forma parte de la realidad, refiriéndose por consiguiente a su vez a sí misma, y toda declaración que intenta afirmar algo sobre sí misma suele ser contradictoria (por ejemplo, «esta declaración es falsa»).

Con la utilización de estos tres caminos para «señalar la luna», ahora podemos comenzar a examinar las principales tradiciones que, de un modo u otro, se interesan por lo absoluto, pero teniendo en cuenta que digamos lo que digamos será necesariamente algo distorsionado y que lo que pretendemos no es una demostración, sino una realidad para ser íntimamente experimentada.

> Si el lenguaje fuera adecuado, se tardaría un solo día en presentar el tao en su totalidad. Dado que no lo es, se tarda el mismo tiempo en explicar las existencias materiales. El tao es algo que está más allá de las existencias materiales. No puede ser transmitido por palabras ni por el silencio.[8]

No siempre aclararemos cuál de las tres formas utilizamos, pero es de esperar que el lector reconozca si se trata de la analógica, la negativa, o la preceptiva. Puesto que hemos empezado nuestro estudio de los dos modos de conocer con los físicos cuánticos, así lo haremos también con este análisis.

Sir James Jeans, que era muy consciente de lo que denominaba «una realidad más profunda más allá» y siempre insistía en que «debemos sondear el substrato más profundo de la realidad para llegar a comprender la apariencia del mundo», llegó por fin a la siguiente conclusión:

> Cuando nos observamos a nosotros mismos en el tiempo y en el espacio, nuestras conciencias son evidentemente individuos independientes en un marco de partículas, pero cuando vamos más allá del tiempo y del espacio puede que constituyan los ingredientes de una sola corriente vital continua.
>
> Lo que es cierto para la luz y la electricidad, puede que lo sea también para la vida; cabe que el fenómeno sean individuos que existen por separado en el tiempo y en el espacio, mientras que en una realidad más profunda, más allá del tiempo y del espacio, todos podemos formar parte del mismo cuerpo.[9]

En cuanto a ese «mismo cuerpo», esa realidad única más allá del tiempo y del espacio, Erwin Schroedinger afirma que es «esencialmente eterna, inmutable y numéricamente *una* en todos los hombres y aun en todos los seres sensitivos... Por inconcebible que pueda parecer al sentido común, todos y cada uno de los seres conscientes, como tales, lo somos todo en el todo. Por consiguiente, esta vida que vivimos no es sólo un fragmento del conjunto de la existencia, sino que en cierto sentido es su *totalidad*...».[10]

Estos físicos suelen referirse a la realidad como mente o conciencia (lo mismo que nosotros), como cuando Schroedinger declara que «toda conciencia es esencialmente *una*», pero sin inferir ningún idealismo subjetivo, que considera que el mundo exterior y objetivo es ilusorio, mientras que el mundo subjetivo es real. En realidad *ambos* son ilusorios; existe una sola realidad, *a la que podemos acercarnos subjetiva u objetivamente*, y un único cuerpo, que podemos observar por delante o por detrás. De ahí que Schroedinger afirme que «*el mundo exterior y la conciencia son una y la misma cosa*».[11] Y es esa «cosa», esa realidad, lo que denominamos de forma adecuada «Mente» con «M» mayúscula, para distinguirla de las «mentes» individuales, como cuando Schroedinger dice que «su multiplicidad» (es decir, la multiplicidad de mentes individuales) es sólo aparente, en verdad existe una sola Mente»;[12] y en otro lugar declara que «la teoría física en su estado actual sugiere con energía la indestructibilidad de la Mente por el tiempo».[13] En cuanto a dicha

Mente única, que existe por sí misma, Schroedinger declara además:

> La única alternativa posible es simplemente la de conservar la experiencia inmediata de que la conciencia (es decir, la Mente) *es un singular cuyo plural es desconocido*; que *existe* una sola cosa y que lo que parece pluralidad no es más que una serie de aspectos de dicha cosa, producto de un engaño; la misma ilusión se produce en una galería de espejos, así como el Gaurisankar y el monte Everest resultan ser el mismo pico, visto desde distintos valles.[14]

Hagamos aquí una pequeña pausa para destacar que Schroedinger utiliza una analogía, la del reflejo en un espejo, para explicar la ilusión; es decir, para explicar cómo una mente *parece* un sujeto frente a un objeto y, en otras palabras, para explicar la «creación de *dos* mundos a partir de *uno* solo», ya que esto *parece* ser lo que ocurre cuando se coloca algo delante de un espejo: se ven «dos» objetos, cuando en realidad hay sólo uno. Asimismo, cuando el intelecto bifurcado se *refleja* en el mundo, obtenemos «dos» imágenes (observador y observado, sujeto y objeto) cuando en verdad hay una sola Mente.

Ésta es la Mente a la que sir Arthur Eddington se refiere cuando afirma que «disponemos de un solo enfoque, a saber, a través de nuestro conocimiento directo (es decir, no dual) de la mente. El supuesto enfoque (dualista) a través del mundo físico sólo conduce al ciclo de la física, en el que no cesamos de dar vueltas como un gato que intenta atrapar su propia cola...».[15]

Al igual que dichos físicos, el budismo Mahayana se refiere frecuentemente a dicha realidad única con términos tales como sólo Mente (*cittamatra*), Mente única (*ekacitta*) u otros nombres parecidos. Así pues, a lo largo del *Lankavatara Sutra*, nos encontramos con afirmaciones como la siguiente:

> El lenguaje, Mahamati, no es la verdad definitiva; lo alcanzable por medio del lenguaje no es la verdad definitiva. ¿Por qué? A través del lenguaje uno puede entrar en la verdad, pero las propias palabras

no son la verdad. La verdad es la autocomprensión interna experimentada por el sabio a través de su introspección no dual y que no pertenece al mundo de las palabras, de la dualidad ni del intelecto... El mundo no es sino Mente... Todo es Mente.[16]

El *Sutra Hua Yen* (*Avatamsaka*) lo describe de un modo más poético:

Así como el pintor combina y mezcla diversos colores, a través de las ilusorias proyecciones de la Mente se elaboran las distintas formas de todos los fenómenos.[17]

El *Despertar de la fe*, compendido cabal de la esencia de la «doctrina» Mahayana, con las limitaciones propias de las palabras, explica lúcidamente:

La Mente en términos de lo absoluto es en sí el reino de la realidad (*dharmadhatu*) y la esencia de todas las fases de la existencia en su totalidad.

Lo que se denomina «naturaleza esencial de la Mente» es innato e imperecedero (es decir, como lo explica Jeans, está más allá del tiempo y del espacio). Es sólo la ilusión lo que hace que todas las cosas se diferencien (como la parte frontal de la posterior)... Todas las cosas trascienden desde el principio toda forma de verbalización, descripción y conceptualización, y son, a fin de cuentas, indiferenciadas. Todas las explicaciones con palabras son provisionales y, en definitiva, carecen de validez. La realidad carece de atributos y la palabra es más bien el límite de la verbalización, en la que la palabra se utiliza para poner fin a las palabras. Todas las cosas son sólo de la Mente única.[18]

Claro está que la Mente única, más que una teoría, es una experiencia vital y la secta del budismo Mahayana que penetra de un modo más directo y profundo en su interior es la secta Ch'an (Zen en Japón). El gran maestro Huang Po declara:

Todos los budas y todos los seres sensibles no son más que la Mente única, aparte de lo cual nada existe. Esa Mente que no tiene principio es innata e indestructible. No es verde ni amarilla y no tiene forma ni apariencia. No pertenece a las categorías de las cosas que existen ni de las que no existen, como tampoco se la puede considerar

nueva ni vieja. No es larga ni corta, pequeña ni grande, ya que trasciende todos los límites, medidas, huellas y comparaciones. Sólo despierta a la Mente única.[19]

Así pues, la plataforma del Zen no es la doctrina, el dogma, ni las palabras superfluas, sino «señalar directamente a la Mente», y cuando llegan a utilizarse palabras son casi siempre perceptivas, ya que «el buda se limita a señalar el camino». Y así Chang-ching, que intentó alcanzar la Mente a través del velo del pensamiento, al verla directamente proclama:

¡Qué equivocado estaba! ¡Qué equivocado!
¡Levanta el velo y ve el mundo!
Si alguien me pregunta por mi filosofía,
le golpearé inmediatamente con mi báculo en la boca.

Comprensiblemente, no todas las tradiciones hablan de esta realidad única como Mente, denominándola a veces ser absoluto, camino absoluto, vacío, abismo o, en términos más familiares, Dios, cabeza divina, o espíritu único, no obstante, «utilizando muchos nombres para quien en realidad es sólo uno». Así pues, en el cristianismo encontramos la siguiente declaración en Corintios I:

¿Sabéis que vuestros cuerpos son miembros de Jesucristo? Pero el que se une al Señor es un solo espíritu. (6:16-17)

O las palabras de Jesucristo recogidas en el evangelio de san Juan:

Para que todos ellos sean uno, así como tú, Padre, estás en unión conmigo y yo estoy en unión contigo, que ellos también estén en unión con nosotros. (17:21)

Así habla Plotino de la «reducción a la unidad de todas las almas» y el maestro Eckart proclama que «todo en la cabeza divina es uno y no hay nada que decir» y nos incita a que «seamos por consiguiente ese uno para encontrar a Dios».

Y para «ser ese uno» debemos abandonar el dualismo, como lo sugiere el *Evangelio de santo Tomás*:

> Le preguntaron al Señor: ¿Entraremos, siendo niños, en el reino? Jesucristo les respondió: *Cuando hagáis de dos uno*, y cuando hagáis que el interior sea como el exterior y el exterior como el interior, y lo superior como lo inferior, y el hombre y la mujer en uno solo... entonces entraréis (en el reino).[20]

Y en este mismo evangelio:

> Jesucristo dijo: Soy la luz que brilla por encima de todos ellos, soy el todo, el todo que emergió de mí y el todo que también me abarca. Partid un tronco y allí me encontraréis; levantad una piedra y allí me hallaréis.[21]

Jesucristo está en todas partes porque, como los *Hechos* apócrifos *de Pedro* explican:

> Se te percibe sólo por tu espíritu, estás en mí, padre, mi madre, mi hermano, mi amigo, mi siervo, mi criado; eres el todo y el todo está en ti; y tú eres y no hay nada más sino sólo tú.[22]

Este tipo de experiencia de «sólo Jesucristo» es formalmente indistinguible de la de «sólo Mente» de los budistas o de los físicos, y si nos trasladamos al hinduismo las hallamos a ambas formalmente indistinguibles de la «doctrina» central del Vedanta, donde la realidad es sólo Brahma, como se proclama en el *Katha Upanishad*:

> Así como el viento, aunque único, adopta nuevas formas según donde penetre, el espíritu, aunque único, adopta nuevas formas en todo lo que vive. Está dentro de todo y también fuera... Existe un soberano, el espíritu que está en todas las cosas, que transforma en muchas su propia forma. Sólo los sabios que le ven en su propia alma alcanzan la gloria eterna.

Y en el *Mundaka Upanishad*:

> De él procede toda la vida, la mente y los sentidos de toda la vida. De él procede el espacio y la luz, el aire, el fuego, el agua y esta tierra que nos alberga a todos... y, así, una infinidad de seres procede del espíritu supremo.

A lo largo de los upanishads se declara la existencia de una realidad única, que puede recibir los nombres de Prajapati, Vishnú o Brahma, pero el Señor, bajo muchos nombres distintos, es no obstante la única realidad y «la totalidad de este universo es en verdad Brahma». (*Chandogya Upanishad*, 3.14.1.)

> Por encima del tiempo está Brahma, uno e infinito. Está más allá del norte y del sur, del este y del oeste, de arriba o abajo. A su unidad se dirige todo aquel que lo sabe. (*Maitri Upanishad*, 6.17.)

Sin embargo, este uno no es uno entre tantos sino «unidad única», que *supera por completo el dualismo pero sin excluirlo y que contiene todas las relatividades sin someterse a ninguna.* Pasando al taoísmo, Chung Tzu declara acerca de esta «unidad única», desprovista por completo de dualismo y de términos opuestos, que:

> No hay nada que no sea *esto*; no hay nada que no sea *aquello*... Por consiguiente afirmo que *esto* emana de *aquello* y *aquello* deriva también de *esto*. Ésta es la teoría de la interdependencia de *esto* y *aquello*.
>
> No obstante, la vida procede de la muerte y viceversa. La posibilidad procede de la imposibilidad y viceversa. La afirmación se basa en la negación y viceversa. Siendo éste el caso, el verdadero sabio rechaza todas las distinciones (y dualismos) y se refugia en el cielo. Ya que uno puede basarlo en *esto*, pero *esto* es también *aquello* y *aquello* es también *esto*. *Esto* también tiene su «bueno» y «malo» y *aquello* tiene también su «bueno» y «malo». ¿Existe por consiguiente en realidad una distinción entre *esto* y *aquello*? Cuando *esto* (subjetivo) y *aquello* (objetivo) carecen ambos de correlatos, he ahí el auténtico «eje de Tao». Y cuando dicho eje pasa por el centro en el que todas las infinidades convergen, tanto las afirmaciones como las negaciones se funden con el uno infinito.[23]

Por consiguiente, Lao Tzu anuncia que «el sabio alcanza de ese modo la unidad primigenia». Más adelante aclararemos el significado preciso de «alcanzar la unidad primigenia», pero de momento nos limitamos a observar las formas en que dichas tradiciones universales tratan lo infinito y la realidad única, lo que no impide que nos enfrentemos, no obstante, a un formidable problema, ya que en todo momento hemos hablado de la realidad como única: sólo Mente, sólo Jesucristo, sólo Brahma, sólo espíritu, sólo Tao. Esto es incuestionablemente útil, ya que indica *metafóricamente* que la realidad es esa base «única» y absoluta de todo fenómeno, *siempre y cuando* no olvidemos que se trata de una metáfora. Sin embargo, son muchos los que no lo recuerdan, y hablar de la realidad como «unidad» puede acabar resultando muy confuso, porque podemos acabar pensando que se trata efectivamente de una cosa, una cosa absoluta, enorme, todopoderosa y omnisapiente, situada por encima del universo y gobernándolo con omnipotencia. Imaginan una cosa que existe en contraposición al universo de muchas cosas, lo que no supone más que una versión magnificada del delante contra el detrás, y *esto* no es lo absoluto, sino el dualismo absoluto, ya que separa la unidad absoluta de la multiplicidad relativa. Esto conduce ineludiblemente a un panteísmo desprovisto de rasgos característicos o a un insípido monismo. Por consiguiente, cuando estas tradiciones hablan de «uno», hacen siempre hincapié en que no se refieren literalmente a «uno», sino a lo que se expresaría mejor como «no dual». Esto no es una teoría monista ni panteísta, sino una experiencia de no dualidad; la teoría *literal* de un uno absoluto es sumamente dualista. En palabras de Seng-tsan:

> Todas las formas de dualismo
> son producto ignorante de la propia mente.
> Son como visiones y flores en el aire:
> ¿Por qué molestarnos en capturarlas?
> *Cuando el dualismo no logra alcanzarlas,*
> *incluso la unicidad deja de existir como tal.*
> La Mente verdadera no está dividida;

> cuando se nos pide una identificación directa,
> sólo podemos responder: «*No dos* (no dual)».[24]

Pero en este «no dos» no está implícito el uno, ya que como aclara Seng-tsan, en la no dualidad pura no existe el dos ni el uno. Silpabhijna afirma en el *Avatamsaka Sutra* que «la verdad de la autocomprensión (y de la propia realidad) *no es uno ni dos*».[25] Y Tao-wu de Tien-huang proclama que «incluso la unicidad, cuando uno se aferra a la misma, está lejos de su objetivo».[26] El caso es que cuando, obedeciendo el mandato de Jesucristo, «hacemos de dos uno», *el dos deja de existir, pero tampoco existe el uno*.

Estas tradiciones hablan por tanto de «uno» sólo como concesión a la imaginación popular. En otras palabras, utilizan la forma analógica de señalar la realidad, pero cuando se les pide insistentemente una afirmación determinada sobre la realidad, se trasladan inmediatamente a la forma negativa, señalando que de hecho la realidad no es uno ni muchos, singular ni plural, trascendente o inmanente, sino una experiencia no dual «sobre la que nada puede decirse», esa «nada incalificable» de Eckhart, que a pesar de todo, en palabras de Behmen, «ante el mundo *parece la nada*, pero para los hijos de la sabiduría *es* todas las cosas». De ahí que san Dionisio afirme:

> Yendo a un nivel todavía más alto, afirmamos que no es alma, ni mente, ni objeto de conocimiento; tampoco tiene opinión, ni razón, ni intelecto; asimismo carece de razón, de pensamiento y no es enunciable ni cognoscible; tampoco es número, orden, grandeza, pequeñez, igualdad, desigualdad, similitud, ni disímil; no está quieto ni en movimiento, ni permanece inmóvil; tampoco goza de poder, ni es poder, ni luz; no vive ni es vida; no es un ser, ni eterno, ni tiempo, ni su tacto es cognoscible; tampoco es conocimiento, ni verdad, ni dominio, ni sabiduría, ni uno, ni unicidad, ni divinidad, ni bondad; tampoco es espíritu, tal como podemos entenderlo, ni filiación, ni paternidad, ni nada conocido por nosotros ni por cualquier otra criatura...; tampoco es oscuridad, ni luz; no es falsedad, ni verdad; tampoco existe ninguna afirmación ni negación completa que se pueda hacer acerca de Él. (*Teología mística*, V.)

Compárese lo antedicho con el siguiente texto del *Mandukya Upanishad*, que habla de la realidad superior como

> aquello que no es consciente de lo subjetivo, ni es consciente de lo objetivo, ni es consciente de ambos, ni es una masa de conciencia plena, ni simple conciencia, ni inconsciencia. Es invisible, incontrolable, inalcanzable, carece de distinción, está más allá del pensamiento, es indescriptible, la situación del sí mismo, el fin del desarrollo, tranquilo, benigno, sin dualidad.

Y todo ello «neti, neti», porque atribuirle cualquier característica a la realidad equivale a negarle la característica opuesta, mutilándola y convirtiéndola en falsa consigo misma. Además, se suele agravar el crimen confundiendo «características» tales como verdad y bondad con lo absoluto propiamente dicho, venerando a continuación dichas *imágenes de la realidad*, inconscientes de haber caído en la más sutil e insidiosa idolatría. «A todo aquel que se contente con lo que se puede expresar en palabras —Dios es una palabra, el cielo es una palabra— se le puede calificar justamente de infiel.» En palabras de Coomaraswamy:

> La idolatría es el uso inapropiado de símbolos, definición que no precisa de otra calificación. La filosofía tradicional no se opone al uso de símbolos y ritos; aunque los más ortodoxos tienen mucho que decir acerca de su uso inadecuado. Cabe hacer hincapié en que el peligro de tratar las fórmulas verbales como absolutas es generalmente mayor que el de utilizar indebidamente imágenes plásticas.[27]

Así pues, como lo sugiere Coomaraswamy, ningún cristiano en su sano juicio confunde una estatua plástica o una imagen de Jesucristo con el propio redentor, pero muchos confunden habitualmente las imágenes mentales de Jesucristo, como su poder, su gloria, su amor, o cualquier otra, con el propio Jesucristo, a pesar de que son tan artificiales como el becerro de oro y el icono de Baal.

> No debes hacer una imagen tallada ni una forma parecida a forma alguna que esté arriba en los cielos o que esté en la tierra debajo o que esté en las aguas debajo de la tierra. (Éxodo 20:4.)

Para comprender mejor por qué las imágenes talladas mutilan tanto la realidad, trasladémonos a la escuela Madhyamika del Mahayana. La Madhyamika representa la forma más pura del camino negativo, del «neti, neti», de la *vía negativa*, y lo que digamos al respecto puede tomarse como representativo de dicha vía negativa en general, del intento de librarnos de los ídolos del conocimiento simbolicocartográfico en el conocimiento directo e íntimo de la propia realidad.

La Madhyamika fue fundada alrededor del siglo II después de Jesucristo por Nagarjuna, considerado por muchos como el mayor filósofo de la historia. En cierto sentido esto no es cierto, puesto que Nagarjuna no era filósofo, si por ello se entiende a alguien que funda o defiende una filosofía sofisticada, ya que Nagarjuna no se adscribía en absoluto a ninguna filosofía lógica. Por el contrario, volvía la lógica contra sí misma para poner de manifiesto la naturaleza contradictoria de la misma. No tenía ninguna filosofía acerca de la realidad, sino que se limitaba a demostrar que todas las filosofías que pretendían abrazar la realidad debían ser autocontradictorias. Al hacerlo, ni Nagarjuna ni Madhyamika presentaban tesis alternativa alguna; no destruyen una filosofía para levantar otra en su lugar, sino que, siguiendo sistemática y meticulosamente cualquier filosofía hasta su conclusión lógica, demuestran que dicha filosofía es autocontradictoria. Como veremos más adelante, existe una razón para ello, que no es el escepticismo ni el nihilismo, ya que estos puntos de vista se atacan con tanto vigor como cualquier otro. Entretanto, T. R. V. Murti explica la operación que realiza la Madhyamika:

> ¿Cómo rechaza la Madhyamika todos y cada uno de los puntos de vista? Utiliza una sola arma. Extrayendo las inferencias de cualquier punto de vista, muestra su carácter autocontradictorio. La dialéctica consiste en una serie de argumentos de *reductio ad absurdum*. Toda tesis se vuelve contra sí misma. La Madhyamika es una prasangika o vaitandika, un sofista o polemista autónomo. La Madhyamika *refuta* la tesis del contrincante, *sin* demostrar ninguna tesis propia... La *reductio ad absurdum* se realiza en beneficio único del defensor de la

> tesis, utilizando su propia lógica, con principios y procedimientos perfectamente aceptables para él.[28]

La Madhyamika puede cumplir este cometido con cualquier punto de vista de la antigua filosofía

> porque el lenguaje es dualista o relacional (y por consiguiente) el significado de cualquier afirmación o negación viene dado exclusivamente en función de su propio opuesto. Toda declaración y toda definición establece unas fronteras o unos límites; clasifica algo y, de ese modo, siempre se puede mostrar que lo que se encuentra dentro de determinados límites, debe coexistir con lo que está en el exterior. Incluso la idea de lo ilimitado carece de significación, sin contrastarla con lo limitado. La dialéctica madhyamika lo utiliza como método infalible, ya que señalar la relatividad de cualquier premisa metafísica y obligar así al dialéctico a entrar en el debate equivale a participar en un juego en el que está condenado a perder.[29]

La Madhyamika lo consigue demostrando en primer lugar que cualquier propuesta sobre la realidad debe caer en una de las cuatro categorías siguientes:

1. Ser (o simplemente X).
2. No ser (no X).
3. Ser y no ser (X y no X).
4. Ni ser ni no ser (ni X ni no X).

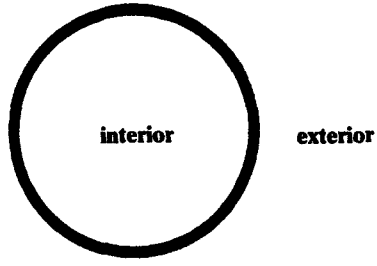
A continuación demuestra que cualquier propuesta que pretenda abarcar la realidad debe contradecirse a sí misma. Por ejemplo, supongamos que afirmo que la realidad es un ser absoluto, infinito e ilimitado (esta afirmación cae en la primera categoría). Sin embargo, un ser absoluto e ilimitado excluye positivamente el no ser y la relatividad, y toda exclusión es indicio de limitación, porque excluir equivale a colocar una frontera o un límite entre lo que debe y lo que no debe ser excluido. Por consiguiente, mi «ser ilimitado» es limitado y me he contradicho a mí mismo. Si cambio mi declaración a *no ser absoluto* (categoría segunda), no mejora mi situación, ya que no ser excluye ser y es por consiguiente igualmente limitado.

Puede que haga ahora un alarde intelectual y declare que la realidad incluye tanto el ser como el no ser, que es inherente tanto en lo uno como en lo otro (categoría tercera), pero esto la *excluye* de no ser ni lo uno ni lo otro, de trascender el ser y el no ser. Y si afirmo que la realidad no es ni ser ni no ser, que los trasciende a ambos (categoría cuarta), la excluyo de la inmanencia, de estar dotada de ser y de no ser. En resumen, dado que toda afirmación sólo tiene sentido en función de su opuesto, se puede demostrar que cualquier afirmación es puramente relativa y si la misma abarca la realidad, se volverá contra sí misma en forma de contradicción.

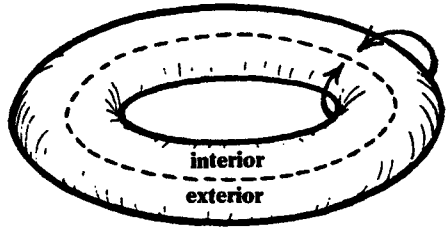
Sin embargo, la Madhyamika hace hincapié en que no defiende la no existencia de una realidad absoluta; se limita a señalar que no hay idea alguna aplicable a la propia realidad. El rechazo de la Madhyamika de todas las alternativas lógicas, de las cuatro categorías lógicas, es al mismo tiempo un rechazo de la competencia de la razón dualista para comprender la realidad. La razón genera ilusión, nunca realidad. Por consiguiente, la realidad está *desprovista* de razón.

Sin embargo, a estas alturas, no debería sorprendernos el hecho de que pensemos lo que pensemos no es la realidad; en palabras del *Lankavatara Sutra*, la «realidad suprema es lo eternamente impensable».[30] Una idea, cualquier idea que uno sea capaz de concebir, sólo tiene significado en relación con su opuesto: arriba no tiene sentido sin abajo, izquierda carece de sentido sin derecha, ser no tiene sentido sin no ser, ilimitado sin limitado, verdadero sin falso, bueno sin malo, oscuridad sin claridad... Sin embargo, como lo señaló Juan Scotus (Erigena), la realidad como conjunto *no tiene término opuesto y por consiguiente no se puede llegar a pensar en ella.* Suzuki dice simplemente: «Dado que (la realidad) está más allá de todas las formas de dualismo, en la misma no hay contrastes (y por tanto) no existe caracterización posible de la misma.[31] Fue con este ánimo como Nicolás de Cusa definió a Dios como «coincidencia de términos opuestos». En realidad, ésta es la forma en que los astrofísicos ven el universo en la actualidad; se dobla sobre sí mismo como una banda de Moe-

bius y carece, por consiguiente, de exterior, con lo cual, *al no tener exterior tampoco tiene interior* o, podría decirse, *su interior es su exterior*: coincidencia de términos opuestos, el universo como no dual. Nuestra lógica cotidiana se desbarata ante tales afirmaciones, ya que opera sobre la base del puro dualismo y por tanto es incapaz de asimilar que el interior *sea* el exterior, que el arriba *sea* el abajo, o que lo bueno *sea* lo malo. Así, por ejemplo, la lógica establece una distinción, mediante un círculo sobre una superficie plana, y afirma que el interior de dicho círculo es clara y evidentemente distinto e independiente del exterior:




Si bien esto es cierto sobre una superficie *plana*, hay que tener en cuenta que el universo no es plano, sino que más bien parece recordar la forma de una rosquilla, un tipo de curvatura como la de un «toro», y si dibujamos un círculo sobre un toro su interior *es* su exterior:



Podemos separar lo interior de lo exterior sólo porque así lo *acordamos*, o *pretendemos hacerlo*, pero eso no pasa de ser una pretensión. De ahí que el *Lankavatara Sutra* proclame:

> Una vez más, Mahamati, ¿qué se entiende por no dualidad? Significa, Mahamati, que la luz y la sombra, lo largo y lo corto, el blanco y el negro son términos relativos y no independientes entre sí; como el Nirvana (absoluto) y el Samsara (relativo), *todas las cosas no son dos*. No hay Nirvana excepto donde hay Samsara, ni Samsara donde no hay Nirvana, ya que la condición de la existencia no tiene carácter de exclusión mutua. Por tanto, se dice que todas las cosas son no duales.[32]

La dualidad, y los opuestos son, dicho brevemente, términos de relación o del pensamiento, pero no de la realidad. Sin embargo, la mayoría de nosotros ocultamos por completo la realidad tras los términos con que la representamos y, por tanto, el propósito de la Madhyamika consiste en demostrarnos la inutilidad absoluta de la razón dualista respecto a la realidad. T. R. V. Murti explica:

> La inferencia del método madhyamika es que lo real está sobrecargado con el bagaje de nuestros conceptos y puntos de vista. En su mayoría son *a priori* y reciben el nombre de avidya (ilusión, que es) una estructura ideal que oculta la realidad. Lo real se conoce al descubrirlo, al eliminar la opacidad de las ideas. El método madhyamika consiste en desconceptualizar la mente y liberarla de todo concepto, tanto empírico como *a priori*. La dialéctica no es un camino para la obtención de información, sino una catarsis; es primordialmente un camino de purificación del intelecto... La razón funciona a través de la diferenciación y la distinción. No puede prescindir de la dualidad de términos opuestos, sin perder su naturaleza de razón. El punto de vista de la razón es la de un punto de vista especial y determinado; no es un conocimiento universal o desinteresado. El conocimiento no dual consiste en la abolición de todo punto de vista particular que limita y distorsiona la realidad.[33]

La Madhyamika está por consiguiente diseñada para erradicar y abolir dichas «construcciones ideales que ocultan la realidad» y por consiguiente no es una filosofía determinada,

sino una crítica de todas las filosofías. En este sentido no se diferencia de la crítica de Kant, ni de las críticas del positivismo lógico, ya que coinciden en que toda afirmación sobre la realidad no facilita la información que promete. Pero, al contrario que Kant y los positivistas, la Madhyamika no se contenta con eso. Su única razón para destruir todo concepto dualista consiste en romper nuestro hábito de depender exclusivamente de la forma de conocimiento simbolicocartográfica y abrirnos así al modo de conocimiento no dual, único capaz de alcanzar la realidad. La negación total del pensamiento no es el nihilismo, sino la apertura de *prajna*, la introspección no dual.

> La negación es por tanto la desesperanza del pensamiento, pero abre inmediatamente una nueva avenida: el camino de la intuición. La negación es el umbral de la intuición intelectual. Sunyata (el vacío) no es sólo la negación del drsti (visión, juicio), sino que es prajna... Sunyata es sólo negativo en cuanto al pensamiento, pero en sí mismo es el conocimiento no relacional de lo absoluto... La dialéctica como sunyata es la eliminación de las limitaciones impuestas por nuestros conceptos, con su tendencia práctica o sentimental, sobre la realidad. Es la *liberación* de la realidad de las restricciones artificiales o accidentales, y *no la negación* de la realidad. Sunyata es la negación de las negaciones; de ese modo reafirma el carácter infinito e inexpresablemente positivo de lo real.[34]

El hecho de que la realidad esté vacía (sunyata) de elaboración conceptual (drsti) tiene algunas consecuencias asombrosas. Quizá no sea difícil ver que ninguna idea ni representación simbólica es aplicable a la realidad, pero tal vez no sea ni mucho menos tan evidente que muchas de nuestras ideas *sobre* la realidad operan a niveles inconscientes. De ahí que nuestra percepción de la realidad pueda estar, y lo está casi siempre, distorsionada por conceptos inconscientes, en formas de las que apenas somos conscientes. Benjamin Whorf, pionero de la ciencia lingüística, lo describió como sigue:

> Decimos «ved esa ola»; es la misma pauta de «ved esa casa». *Pero, sin la proyección del lenguaje, nadie ha visto jamás una sola ola.*

> Vemos una superficie en movimiento ondulatorio permanente. Hay lenguas en las que no se puede decir «una ola», y en este sentido están más cerca de la realidad. En hopi se dice walalata, «tiene lugar un oleaje plural», y además se puede señalar un lugar determinado del oleaje, como en nuestro caso. Pero, dado que en realidad una ola no puede existir por su cuenta, la forma que corresponde a nuestro singular, wala, no es el equivalente de lo que nosotros llamamos «una ola», sino que significa «tiene lugar un chapoteo», como cuando de pronto se sacude un recipiente lleno de agua... (Esto es un ejemplo de que) los científicos, así como (el resto de nosotros) proyectamos todos sin darnos cuenta las pautas lingüísticas de un tipo determinado de lenguaje sobre el universo, y las VEMOS ahí, convertidas en visibles en la propia faz de la naturaleza.[35]

Como ejemplo simple pero iluminador, intentemos ver la diferencia que hay entre nuestros dedos. Todos somos conscientes de que son diferentes entre sí, pero ¿podemos señalar esa diferencia? ¿Somos capaces de *verla* en realidad? No existe *en* los dedos, ni tampoco existe *entre* los mismos; a decir verdad, ¡no está ahí! No podemos *ver* la diferencia porque no es más que un concepto, un mapa de la realidad que hemos elaborado para facilitar el debate y la comunicación. En efecto, nunca *vemos* dicho concepto, ya que lo utilizamos como algo *a través de lo que* vemos e *interpretar* así la realidad.

Demos ahora un nuevo paso e intentemos mirar alguna «cosa», cualquier cosa, como una silla, un árbol, un libro, o una de las palabras de esta página. Sin embargo, lo que uno *ve* no es en realidad una sola «cosa», del mismo modo en que uno jamás ha visto *una sola* ola, ya que lo que nuestros ojos perciben realmente es la totalidad de un campo visual, un continuo o gestalt, como cuando uno lee, por ejemplo, la palabra «vaca», sin que la vista se limite exclusivamente a dicho término, sino que abarca el conjunto de la página y parte del área circundante. Sin embargo, cuando leemos solemos fijar nuestra atención en las palabras y hacer caso omiso del fondo ambiental. Es decir, abstraemos intelectual y conscientemente —y por consiguiente *creamos*— «cosas» de la totalidad del continuo visual, fijando selectivamente nuestra atención en

un aspecto del campo y haciendo caso omiso de todo lo demás. En palabras de William James:

> De lo que es en sí un continuo abigarrado e indistinguible, *desprovisto de distinción* (sunyata) o énfasis, nuestros sentidos *crean para nosotros, fijando la atención* en dicho movimiento y *haciendo caso omiso* del mismo, un mundo lleno de contrastes, de marcados acentos, de bruscos cambios, de un pintoresco claro/oscuro.
>
> Helmholtz dice que sólo nos damos cuenta de aquellas sensaciones que son signos de *cosas* para nosotros. Pero ¿qué son cosas? Sólo, como veremos sobradamente, grupos especiales de cualidades sensibles, que por razones prácticas o estéticas resulta que nos interesan, a las que en consecuencia otorgamos nombres y elevamos a un nivel exclusivo de independencia y dignidad.[36]

Bergson era también consciente de la naturaleza espuria de las «cosas» ya que, como él mismo señaló, el pensamiento las crea fragmentando la realidad en pequeñas porciones fácilmente asimilables. Por consiguiente, pensar equivale a fragmentar. El pensamiento no *informa* sobre las cosas, sino que *distorsiona* la realidad para *crearlas* y, como indica Bergson, «al hacerlo permite que escape la esencia misma de lo real». Así pues, en la medida en que imaginamos un mundo de cosas discretas e independientes, los *conceptos* se han convertido en *percepciones*, y de ese modo hemos poblado nuestro universo con lo que son meros fantasmas. Por consiguiente, la Madhyamika declara que la realidad, además de estar vacía de elaboración conceptual, lo está asimismo de cosas independientes (*dharmas*).

En resumen, la Madhyamika denomina lo absoluto Sunyata, ¡vacío! Vacío de cosas y de pensamientos. Pero recordemos que el vacío no es la nada ni el nihilismo, sino simplemente la realidad antes de fraccionarla con el conceptualismo, territorio puro más allá de todo mapa descriptivo. Ésta es la razón por la que el budismo se refiere también a la realidad como *tathata*, que significa «tal-eza» o «así-eza»; el mundo real *tal como es* y no como se describe o clasifica. No nos extenderemos ahora sobre *tathata*, de lo que hablaremos en un

capítulo posterior. Sólo cabe subrayar que no hay forma evidente de describir lo que es ajeno a los límites de la descripción, y por consiguiente nos referimos al mundo real de *tathata* como vacío. Incluso la denominación «territorio puro» es inadecuada. Por tanto, no debemos confundir el vacío con una idea ni con un objeto de pensamiento. Uno no puede pensar el vacío, pero lo está contemplando en estos momentos. Hablando en forma dualista, sunyata no es el objeto del pensamiento sino el «objeto» de prajna, concienciamiento no dual (con mayor propiedad, sunyata es prajna: conocimiento y lo real como no-dos). Y si sunyata se concibe como idea, también esa idea hay que vaciarla.

> No puede llamarse vacío ni no vacío,
> ni ambos ni lo uno ni lo otro;
> pero a fin de identificarlo,
> lo denominamos «el vacío».[37]

Si la realidad está «desprovista de distinción», como afirman James y la Madhyamika, lo que habitualmente denominamos «cosas distintas» deben de ser, en cierto sentido, cosas idénticas a todas las demás «cosas distintas», ya que las distinciones que las «separan» son sólo convencionales. Ahora bien, afirmar que todas las «cosas» son idénticas equivale a decir que las «cosas» independientes no existen, y la escuela Huya-yen (Kegon) del budismo Mahayana ha elegido el enfoque anterior para elaborar la profunda doctrina del *Dharmadhatu*, o reino de la realidad. La Hua-yen declara que cuando a través de la ilusión vemos que las cosas independientes existen, alcanzamos un nivel de experiencia en el que cada «cosa», dado que en sí misma es irreal, contiene todas las demás cosas, o está penetrada por las mismas, experiencia denominada *hu-ju* o «interpenetración mutua». Así se compara el universo con una red de resplandecientes brillantes, en el que cada uno contiene el reflejo de todos los demás y su propio reflejo existe a su vez en todos los demás: «uno en todos, todos en uno» o «unidad en la diversidad, diversidad en la unidad». Este reino de interpretación mutua se denomina *Dharmadhatu*, cam-

po o sistema universal, y en realidad no es más que otra aproximación al vacío.

> En el infinito Dharmadhatu, todas y cada una de las cosas incluyen simultáneamente el todo (las demás cosas) perfectamente completo, sin la más mínima deficiencia ni omisión, en todo momento. Por consiguiente, ver un objeto equivale a ver todos los objetos y viceversa. Esto significa que una partícula individual y minúscula en el diminuto cosmos de un átomo contiene en realidad los infinitos objetos y principios de infinitos universos futuros y de los del pasado remoto, perfectamente completos y sin omisión alguna.[38]

O, como lo expresa Blake:

> Ver el mundo en un grano de arena,
> y el cielo en una flor silvestre,
> tener la infinidad en la palma de la mano,
> y la eternidad en una hora.

Sin embargo, hemos de hacer otra vez hincapié en que el Dharmadhatu, aunque constituya las bases de la «filosofía» Huayen, en el fondo no es una filosofía sino una experiencia basada en *prajna*, en el modo no dual de conocimiento; y *prajna* revela la realidad como *cittamatra*, «sólo mente» o Brahma, «uno sin semejante», o Jehová, «nadie existe ajeno a mí». Así pues, la realidad o terreno de todas las «cosas» independientes es la Mente, como idéntica a todas las demás cosas, ya que ellas a su vez no son más que Mente. Todo interior *es* un exterior, el mundo *es* un grano de arena y el cielo una flor silvestre.

> Cuando se toma agua en las manos,
> la luna se refleja en las mismas;
> cuando se tocan las flores,
> su perfume impregna el vestido.

La doctrina de la interpretación e identificación mutua del Dharmadhatu representa el mayor intento del hombre de expresar en palabras la experiencia no dual de la realidad, que

en sí misma sigue siendo indescriptible, inefable, incalificable, una nada innombrable.

El Dharmadhatu no es enteramente ajeno al pensamiento occidental, ya que podemos contemplar la emergencia de algo muy *similar* en la moderna teoría del sistema, en la psicología Gestalt y en la filosofía organísmica de Whitehead. A decir verdad, la ciencia occidental en su conjunto avanza a pasos agigantados hacia una visión dharmadhatu del cosmos, como lo aclara el biofísico Ludwig von Bertalanffy:

> Cabe afirmar que, como característica de la ciencia moderna, el esquema de unidades aislables que actúan con causalidad unidireccional ha mostrado su insuficiencia. De ahí la aparición, en todos los campos de la ciencia, de conceptos tales como totalidad, holismo, organísmico, gestalt, etc., todos los cuales significan, a fin de cuentas, que debemos pensar en términos de sistemas de elementos en mutua interacción.[39]

Asimismo, Scott declara que el único enfoque significativo de la ciencia moderna es el estudio de la «organización como sistema de variables mutuamente dependientes». «Interacción mutua» y «dependencia mutua» son precisamente la doctrina Hua-yen de interpretación mutua, ya que afirmar que dos variables o dos cosas son mutuamente dependientes sólo equivale a decir que son fundamentalmente inseparables, no dos, no duales, y esto es la interpretación mutua. Recordemos el ejemplo de la palabra «vaca» en relación con la página, que es en realidad una muestra de lo que los psicólogos gestalt denominan una figura («vaca») en un medio ambiente (la «página»). En cierto sentido la figura se distingue del medio ambiente, pero al mismo tiempo, sin el medio ambiente de la página, nunca podríamos llegar a ver la figura, la palabra «vaca». La figura y el ambiente son por tanto «diferentes» pero inseparables, al igual que el sujeto y el objeto, el suceso y el observador, lo bueno y lo malo; y, de hecho, todos los opuestos son *«diferentes» pero inseparables*, expresando unidad en la diversidad y diversidad en la unidad, o lo que

Eckhart denomina «*fusión sin confusión*». Whitehead, filósofo de la ciencia moderna, describe lo que en definitiva es interpretación mutua como sigue:

> Debemos interpretar el mundo en términos de su funcionamiento general. Por tanto, como lo manifiesta la esencia fundamental de nuestra experiencia, la unión entre las cosas supone cierta doctrina de inmanencia mutua. En un sentido u otro, esta comunidad de hechos del mundo significa que cada hecho es un factor en la naturaleza de todos y cada uno de los demás hechos... Estamos en el mundo y el mundo está en nosotros... Este fruto de la observación, vago, pero imperativo, es la base de lo conectivo en el mundo...[40]

Lo «conectivo en el mundo» es la interdependencia e interpretación mutua. La última palabra sobre el retorno de la ciencia moderna y la filosofía de la sabiduría del Dharmadhatu pertenece al increíble Joseph Needham:

> La visión china del mundo se basa en una forma de pensar totalmente distinta (de la visión occidental de un universo mecánico, gobernado desde el exterior por un creador y monarca político). La cooperación armónica de todos los seres emanó, no de las órdenes de una autoridad superior ajena a ellos («Dios»), sino del hecho de que todos formaban parte de una jerarquía de conjuntos que constituían una pauta cósmica y lo que obedecían eran los dictámenes internos de sus propias naturalezas. La ciencia moderna y la filosofía del organismo, con sus niveles de integración, han regresado a dicha sabiduría, reforzadas por la nueva comprensión de la evolución cósmica, biológica y social.[41]

La última tradición de la que hablaremos en este informe será la del budismo Yogacara, elaborada en el siglo IV de nuestra era por los hermanos Asanga y Vasubandhu. El único aspecto que pretendemos resaltar respecto al Yogacara es su énfasis en el papel del dualismo sujeto/objeto en la creación de una ilusión y convirtiendo el universo en falso para sí mismo. Como es de suponer, todas las tradiciones mencionadas mantienen que el dualismo sujeto/objeto es en realidad, si no la mayor, una de las mayores fuentes de la «creación de dos

mundos de uno solo», pero el Yogacara lo ha convertido en la base de una profunda y sólida psicología. por cuya razón merece que se le mencione. La esencia del Yogacara podría resumirse como sigue: toda objetivación es una ilusión, o simplemente todos los objetos son ilusorios; asimismo, todos los *objetos* son objetos *mentales*.

Veamos un simple ejemplo: cuando leo las palabras de esta página, la página parece ciertamente diferente e independiente de mí, que la estoy leyendo. Parece, en otras palabras, un *objeto* «externo», el *objeto* de mi vista, de mi tacto, etcétera. Pero el Yogacara afirma que dicha separación entre yo como sujeto «interior» (es decir, «en mi cabeza») y esta página como objeto «exterior» es una ilusión flagrante. Quizá lo comprendamos a partir de otra introspección de Whitehead, a saber: la de que «mi actual experiencia es la de lo que soy ahora». Es decir, mi «actual experiencia» y mi «yo» son dos términos con el mismo significado. Sin embargo, a la mayoría, esto nos parece bastante extraño, porque nuestro conocimiento dualista nos convence de que no sintamos que *somos* nuestra actual experiencia, sino de que *la tenemos*. Sin embargo, si éste fuera el caso, nunca podríamos experimentar absolutamente nada, ya que si todas las sensaciones son algo que *tenemos*, ¿qué ocurre entonces cuando uno es consciente de sí mismo? Si uno mismo es un conglomerado de diversas sensaciones y todas las sensaciones son algo que uno *tiene*, no puedo decir que *sea* un yo, sino que *tengo* un yo. Ahora bien, ¿quién es ese «yo» que *tiene* un yo? Otro yo... ¿un *segundo* yo? ¿Y quién tiene esa sensación de un segundo yo? ¿Un tercer yo? ¿Cuántos yos debo postular?

El Yogacara declara que este círculo interminable no es más que una bobada dualista. Cuando leo esta página, existe en realidad *una sola* sensación, la sensación *única* del conjunto del campo visual, tal como existe en mi sistema nervioso. Pero cuando abstraigo la «página» del campo visual para formar un concepto mental de la misma, dicho concepto *parece* independiente de mí, como objeto en mi conciencia, porque todas las imágenes parecen exhibirse ante mí como objetos en

mi mente, casi como si en mi cabeza hubiera un diminuto proyector que proyectara las imágenes mentales en la pantalla de mi conciencia. Es como si estuviera sentado en la última fila del cine y contemplara fascinado la proyección de dichas imágenes. A pesar de que en cierto sentido tengo la sensación de que aquellas ideas son mías, no obstante me siento, como la mayoría de los demás individuos, independiente de ellas y *las contemplo como objetos*. Así pues, cuando abstraigo la «página» del campo visual para formar un concepto mental de la misma, dado que dicho concepto *parece* independiente de mí como objeto, la «página» también debe *parecerlo*. Este dualismo sujeto/objeto que, con muy pocas excepciones, nos acosa a todos, lo declara ilusorio el Yogacara. ¡No existe una sensación denominada yo que siente otra sensación denominada página! Sólo existe una sensación que, desde un punto de vista objetivo, denominamos «la página» y desde un punto de vista subjetivo llamamos «yo». El interior *es* el exterior, y mientras los sintamos como independientes seguiremos atrapados en una ilusión; de ahí que todos los objetos sean ilusorios y todos los objetos sean objetos mentales.

Si el hecho de que en estos momentos la sensación denominada «uno mismo» sea *la misma* que la sensación llamada «página» nos parece extraño, o nos da la impresión de que es fruto de una mente oriental primitiva e ilusoria, permitamos que William James nos lo describa con sus propias palabras:

> Si nuestra propia visión particular del papel (o de esta «página») se considerara abstraída de todos los demás acontecimientos, como si constituyera por sí misma el universo (y podría darse perfectamente el caso, ya que no sabemos de nada que lo contradiga), *en tal caso el papel visto y el hecho de verlo no serían más que dos nombres para un mismo hecho indivisible que, propiamente llamado, sería el dato, el fenómeno o la experiencia*. El papel está en la mente y la mente alrededor del papel, porque papel y mente no son más que dos nombres otorgados más adelante a una misma experiencia...[42]

Ahora bien, según el Yogacara, cuando descubrimos realmente que el sujeto y el objeto no son dos, despierta *prajna*,

el modo no dual de conocer, con lo cual y sólo así se revela la realidad de sólo Mente. Como hemos aclarado antes, si es la división del universo entre sujeto y objeto lo que hace que perdamos la realidad, sólo se puede alcanzar de nuevo el paraíso en el estado anterior a la separación.

Para concluir este breve resumen de las principales «ramas» de esta tradición universal, conviene mencionar algunos puntos generales. Al esbozar las diferentes expresiones adoptadas por la experiencia de sólo Mente a lo largo de la historia de la humanidad, nos hemos concentrado casi exclusivamente en las formas analógica y negativa, pero más adelante hablaremos ampliamente de la forma preceptiva. Al hacerlo, hemos presentado algunas de estas tradiciones como si utilizaran exclusivamente una de dichas formas, cuando a decir verdad éste es raramente el caso. La mayoría de las tradiciones, aunque hagan hincapié en un enfoque por encima de los demás, suelen utilizar los tres. Es frecuente que, cuando el maestro de una de dichas tradiciones inicia a un discípulo, comience por el enfoque analógico y positivo, explicando que existe una realidad absoluta todopoderosa y omnisapiente, cuyo descubrimiento le otorgará al discípulo una paz invencible. Esto le ayuda al iniciado a orientarse y a comenzar su búsqueda de lo definitivo. Sin embargo, lo más probable es que el discípulo no consiga resultado alguno, ya que se aferra, consciente o inconscientemente, a sus ideas y analogías *sobre* la realidad y confunde, por consiguiente, el mapa con el territorio. Puede que entonces el maestro comience a hacer hincapié en el enfoque negativo, aclarando que, a pesar de que las ideas sobre la realidad son útiles, no por ello la propia realidad es una idea, de modo que el discípulo, cuya *fe* en lo absoluto ha sido ahora despertada por el enfoque analógico, siga adelante negando *todas* sus ideas sobre la realidad, ya que a fin de cuentas no son más que trabas. En palabras de Coomaraswamy:

> Queda siempre un último paso, en el que el ritual se abandona y se niegan las verdades relativas de la teología. Así como fue el conocimiento del bien y del mal lo que provocó la caída del hombre de su

> elevado estado inicial, debe ser también el conocimiento del bien y del mal, de la ley moral, lo que acabe por liberarlo. Por muy lejos que uno haya ido, queda un último paso que dar, que incluye la disolución de todos los valores anteriores.[43]

Sri Ramana Maharashi lo resumió diciendo que «llegará el momento en que uno deba olvidar todo lo que ha aprendido». Tal vez esto forme parte del significado que hay tras el rico simbolismo bíblico de «en verdad, en verdad os digo que, a menos que el grano de trigo caiga en la tierra y muera, permanecerá solo; pero si muere, entonces da mucho fruto», y «os conviene que me marche»; así como en la *Nube de desconocimiento* «olvidar, olvidar, olvidar». También Lao Tzu declara que «aprender consiste en agregar uno a las propias existencias día a día; la práctica del Tao consiste en ir sustrayendo día a día (XLVIII)»; y la pura esencia del budismo ha sido resumida como «vaciarse uno mismo». Para favorecer dicha «disolución», dicho «vaciamiento», suele utilizarse entonces el enfoque preceptivo, en el que se le ofrecen al discípulo una serie de experimentos que, si los realiza correctamente, le conducen directamente a la experiencia de la realidad tal como *es* y no como se nombra.

Así pues, en la mayoría de las tradiciones se utilizan los tres enfoques (analógico, negativo y preceptivo), sólo con cambios de énfasis de una a otra tradición. Vemos cómo los místicos cristianos tienen el Dios analógico, omniscente y omnipotente, además de la cabeza divina, «de la que nada puede decirse». Los hindúes tienen el Brahma *saguna* analógico, que es ser-conciencia-bienaventuranza, y el Brahma *nirguna* negativo, que es «neti, neti». Asimismo, los budistas tienen el Dharmadhatu analógico (además del Dharmakaya, «organismo universal», Citta, «mente absoluta», etcétera), así como el Sunyata negativo. Y, naturalmente, todas estas tradiciones han desarrollado conjuntos de experimentos preceptivos, denominados ejercicios espirituales, en los que todas las ideas —analógicas o negativas— se dejan temporalmente a un lado para experimentar directamente la realidad.

En resumen, nuestra concepción ordinaria del mundo como complejo de cosas que se extienden por el espacio y suceden una tras otra en el tiempo no es más que un mapa convencional del universo; no es real. No es real porque esta imagen generada por el conocimiento simbolicocartográfico depende de la división del universo en cosas independientes vistas en el espacio/tiempo, por una parte, y el observador de dichas cosas por otra. Para que esto ocurra, el universo debe dividirse necesariamente en observador y observado o, en palabras de Brown, el universo debe convertirse en distinto de sí mismo y por consiguiente falso consigo mismo. Por consiguiente, nuestras imágenes simbólicas convencionales y dualistas son sutiles falsificaciones de la misma realidad que pretenden representar.

Dicha división, sin embargo, más que falsa es ilusoria, y las filosofías, psicologías y ciencias que dependen de la misma no son por tanto erróneas sino absurdas. Tan imposible es para el hombre separarse del universo y extraer «conocimiento» del mismo, como para una mano agarrarse a sí misma o para un ojo verse a sí mismo. Pero el hombre, al depender como lo hace del conocimiento dualista, se propone lo absurdo e imagina que lo consigue. El resultado es una imagen del universo compuesta por fragmentos llamados «cosas», desparramados por el espacio y por el tiempo, todos ellos extraños y ajenos a esa isla de concienciamiento aislado que el hombre imagina ahora que es.

Así pues, perdido en sus propias tinieblas, reducido a esta abstracción pura del mapa dualista del cosmos, el hombre olvida por completo lo que el mundo es en realidad. Sin embargo, ineludiblemente, *si* al dividir el universo en observador y observado, conocedor y conocido, sujeto y objeto, es cuando el universo se convierte en distinto y falso para sí mismo, *entonces* está claro que sólo comprendiendo que, como dice Schroedinger, «sujeto y objeto son sólo uno», emerge una comprensión del mundo real. Si esto es cierto, sólo esta comprensión merece el título de «verdad absoluta».

Esto es todo lo que estas tradiciones pretenden comunicarnos.[44] Ver a través de las ilusiones que el conocimiento

simbolicodualista nos ha ofrecido y despertar así al mundo real. Dado que este mundo real en su conjunto no tiene contrapartida, resulta claro que no es algo que podamos definir o asimilar, ya que todos los símbolos sólo tienen sentido en función de sus términos opuestos, algo de lo que carece el mundo real. De ahí que se denomine vacío, *Sunyata*, vacuidad, *Agnosia*..., lo que significa simplemente que todas las ideas y propuestas sobre la realidad son nulas e inválidas. Al mismo tiempo, significa que el mundo real está desprovisto de cosas «independientes», ya que las cosas son producto del pensamiento y no de la realidad. Así pues, el mundo real se denomina también Dharmadhatu, reino en el que se supone que las cosas independientes carecen de existencia real, excepto como elementos inseparablemente entretejidos en el «manto sin costuras» del conjunto del universo. Y sólo por ello, únicamente debido a que la realidad es un manto sin costuras no dividido en sujeto y objeto, sin objetos independientes abstraídos y desparramados por el espacio/tiempo, con el descubrimiento del mundo real será perfectamente evidente que lo que antes se creía un sujeto ajeno a los objetos y lo que se veía como un conglomerado de cosas independientes esparcidas por el espacio y por el tiempo son en realidad «miembros de un solo cuerpo». O, si se prefiere, el universo no es en realidad distinto de sí mismo. De ahí que el mundo real se denomine también sólo Brahma, sólo Jesucristo, «taleza», sólo Tao, sólo conciencia, sólo sí mismo, uno sin otro, el universo *no* separado de sí mismo *ni* falso para sí mismo.

Aunque la realidad sea inexpresable, no es «inexperienciable». Pero dado que la experiencia del mundo real se ve entorpecida por nuestros conceptos *acerca* del mismo, y puesto que dichos conceptos se basan en la división entre un sujeto que conoce y unos conceptos que son conocidos, todas estas tradiciones hacen hincapié en que la realidad sólo se puede experimentar de un modo no dual, sin brecha alguna entre conocedor y conocido, ya que sólo así se evita entregar el mundo a la ilusión. Esto significa que la realidad y nuestra percepción de la misma son una y la misma cosa, lo que R. H. Blyth

denomina «la experiencia del universo por el universo». Este concienciamiento es lo que hemos denominado modo no dual de conocer, el universo conociéndose a sí mismo como sí mismo. Además, puesto que hemos sugerido que este modo de conocer corresponde a una función, un estado o nivel de la conciencia que hemos denominado «Mente» y, dado que *conocer* la realidad equivale a *ser* realidad, podemos destilar la totalidad de la esencia de dichas tradiciones en la frase «la realidad es un nivel de la conciencia», o simplemente, «la realidad es sólo Mente».

El hecho de que la realidad reciba el nombre de Brahma, Dios, Tao, Dharmakaya, vacío, o lo que sea, no tiene gran importancia, ya que todos esos nombres apuntan a ese estado de mente no dual en el que el universo no se divide en observador y observado. Pero este nivel de la conciencia no es difícil de descubrir ni está profundamente enterrado en la psique. Por el contrario, está muy próximo, cercano y es omnipresente. La Mente no es en modo alguno diferente del lector que en estos momentos tiene el libro en sus manos. A decir verdad, en un sentido muy especial, la Mente es aquello que en este momento está leyendo esta página. Intentemos descifrar ahora este sentido especial al que nos referimos.

# 4. TIEMPO/ETERNIDAD, ESPACIO/INFINIDAD

La realidad es un nivel de la conciencia, el de la Mente no dual, que contiene conceptos todavía no asimilados. Dada su ausencia de elaboración conceptual, se presta a numerosas descripciones analógicas o negativas, sin que exista forma alguna de describirla plenamente. Así pues, el Dharmadhatu, el Tao, la cabeza divina, Brahma y el vacío son intentos de transmitir la realidad tal como *es*, *yathabhutam*, en su «taleza», su *tathata*, y no como se la enuncia; en la forma en que se experimenta en su pureza, después de «haber limpiado las puertas de la percepción» de toda fabricación intelectual, y no en la forma que la relatan-distorsionan los procesos mentales simbólicos.

Ahora bien, al hablar de la realidad como conciencia no dual, la mayoría nos formamos ideas de la conciencia como algo vinculado a la subjetividad. Es decir, nos parece que la conciencia no pertenece a «objetos» como esta página, sino a nosotros mismos como sujetos supuestamente «conscientes» de la misma. Esto, por supuesto, es profundamente dualista. Pero dado que la conciencia *es* realidad y la realidad, en efecto, es no dual, sería mucho más exacto pensar en la conciencia, no como sujeto relativo que se *enfrenta* a los objetos, sino como subjetividad absoluta por encima del dualismo sujeto/objeto. La conciencia, como subjetividad absoluta, no pertenece al sujeto ni al objeto, sino que los abarca a ambos. En este sentido, la realidad absoluta es la subjetividad absoluta. El teólogo Berdyaev aclara:

> El espíritu no es nunca un objeto, ni la realidad espiritual objetiva. En el llamado mundo objetivo no existe tal naturaleza, cosa, ni

> realidad objetiva como el espíritu. Por consiguiente, es fácil negar la realidad del espíritu. Dios es espíritu porque no es objeto, porque es sujeto... En la objetivación no existen realidades primarias, sino sólo símbolos. El espíritu objetivo es un mero simbolismo del espíritu. El espíritu (sujeto absoluto) es realista, mientras que la cultura y la vida social son simbólicas. En el objeto no hay nunca realidad alguna, sino sólo el símbolo de la realidad. Sólo el sujeto tiene realidad.[1]

Esta subjetividad absoluta no es el sujeto del ego, como en el dualismo sujeto/objeto. Se denomina sujeto sólo porque insinúa que la realidad se encuentra *en lo que ahora parece ser la dirección que denominamos interna*, subjetiva, hacia el propio centro de nuestro ser, un centro tan hondo y profundo que es también el centro de Dios. Pero cuando lo alcanzamos descubrimos que no contiene dualismo alguno, ni el de sujeto/objeto, ni el de dentro/fuera. He ahí la unión del cielo y del infierno, y el fracaso de nuestro lenguaje dualista, «cuando uno no puede hablar y por tanto debe guardar silencio».

> En el umbral de la más recóndita y definitiva de las profundidades, nos enfrentamos a la revelación de que nuestra experiencia está contenida en las profundidades de la misma vida divina. Pero en dicho nivel reina el silencio, ya que no existe lenguaje ni concepto humano capaz de expresar la experiencia. Ésta es la esfera *apopática* de contradicciones irreconciliables que confunden el pensamiento humano. Éste es el último reino de espiritualidad libre y purificada que ningún sistema monista es capaz de definir. En *este lado* queda el dualismo, la tragedia, el conflicto, el diálogo del hombre con Dios, el mundo plural enfrentado a la unidad. No es descartando el principio de personalidad como se puede alcanzar la unidad divina absoluta, sino explorando las profundidades espirituales de la personalidad, antinómicamente vinculada a la unidad.[2]

Ésta es la razón por la que Tillich sugirió otorgar a la palabra Dios el significado de «profundidad» y esa «profundidad» es exactamente la subjetividad absoluta, o testigo que yace en cada uno de nosotros, que no se identifica con el sujeto ni con el objeto, sino que paradójicamente incluye a los dos. Sri Ramana Maharashi lo describe como sigue:

> Dado que el yo, que es pura conciencia, tiene cognoscencia de todo, es el último observador (subjetividad absoluta). Todo lo demás: ego, mente, cuerpo, etcétera, no son más que sus objetos; por consiguiente, cada uno de ellos, a excepción del yo o conciencia pura, es un mero objeto exteriorizado y no puede ser el verdadero observador. Dado que el yo no puede ser objetivizado, al no poder ser conocido por otra cosa, y dado que el yo es el observador que ve todo lo demás, la relación sujeto/objeto y la *aparente subjetividad del yo* sólo existen en el plano de la relatividad y desaparecen en lo absoluto. En verdad no existe más que el yo, que no es observador ni observado, ni está involucrado como sujeto ni como objeto.[3]

Éste es un punto extraordinariamente importante, al que volveremos una y otra vez, ya que forma un vínculo sumamente crítico en nuestra perpetua generación del dualismo, como consecuencia del cual «el hombre se instala en su propia sombra y se pregunta por qué es oscuro». Todo el mundo tiene habitualmente la sensación de que su ego, su yo, es el sujeto de sus experiencias, sensaciones y pensamientos, que su yo subjetivo *percibe* de algún modo el mundo exterior, que su yo subjetivo está leyendo ahora las palabras de esta página, y lo expresa diciendo: «Soy consciente de mí mismo leyendo». Sin embargo, el hecho de que algo en mí sea capaz de contemplar mi yo subjetivo, es decir, el hecho de que en estos momentos exista en mí un concienciamiento de mi «yo» leyendo esta página, debería mostrarme claramente que mi yo supuestamente subjetivo es en realidad un *objeto* del concienciamiento. No es en absoluto un sujeto real, ya que puede ser percibido objetivamente. Ahora bien, ¿qué es lo que hay «en» mí, que es consciente de mi yo leyendo esta página? Hemos visto, en relación con el Yogacara, que no puede tratarse simplemente de otro yo «subjetivo», ya que ¿qué sería entonces consciente de dicho yo? ¿Otro yo? No. Pero ¿«qué» hay en mí que mira, ve, lee, oye y piensa? No puede ser mi ego/yo subjetivo quien mira, ya que es susceptible de *ser visto*, y como declara Huang Po, «permitid que os recuerde que lo *percibido* no puede *percibir*», o en otras palabras, que mi «yo», puesto que es susceptible de ser percibido, no puede ser quien percibe. Pero

¿qué *es* en mí lo que percibe? «Existe en el interior de uno mismo *aquello que sabe...*», dice Hui-Heng, pero ¿de qué se trata? El maestro de Zen Bassui pregunta:

> Mi cuerpo es como un fantasma, como burbujas en un riachuelo. Mi mente, mirando al interior de sí misma, es tan carente de forma como el vacío; sin embargo, en algún lugar de su interior se perciben sonidos. ¿Quién oye?

A continuación sugiere una respuesta:

> Para conocer este sujeto uno debe sondear en las profundidades de sí mismo, aquí y ahora, preguntándose: «¿Qué es lo que piensa en el bien y en el mal, que ve y que oye?». Si uno se formula profundamente esta pregunta, será con toda seguridad iluminado. Quien se ilumina a sí mismo, se convierte inmediatamente en un buda. La mente que los budas perciben en su iluminación es la Mente de todos los seres sensibles... Dicha Mente, al igual que el espacio, lo abarca todo. No comienza a existir con la creación de nuestro cuerpo, ni perece con su desintegración. Aunque invisible, impregna nuestro cuerpo, y todo acto de la vista, el oído, el olfato, el habla, o el movimiento de las manos y las piernas es simplemente la actividad de esta Mente.[4]

Shankara amplía esta subjetividad absoluta:

> Ahora os hablaré de la naturaleza de este testigo absoluto. Si lo reconocéis, os libraréis del yugo de la ignorancia y alcanzaréis la liberación.
>
> Hay una realidad autoexistente, que es la base de la conciencia de nuestro ego. Esa realidad es el testigo de los estados de conciencia egoica y de las coberturas corporales. Esa realidad es lo conocedor en todos los estados de la conciencia: caminar, soñar y dormir sin sueños. Es consciente de la presencia o ausencia de la mente y de sus funciones. Es nuestro auténtico yo. Dicha realidad colma el universo, pero nadie la penetra. Sólo ella resplandece. El universo brilla con la luz que se refleja de ella. Debido a su presencia, el cuerpo, los sentidos, la mente y el intelecto desempeñan sus funciones respectivas, como si obedecieran sus órdenes.
>
> Su naturaleza es la Mente eterna. Lo sabe todo, desde el ego hasta el cuerpo. Es la conocedora del placer y del dolor y de los objetos

> del sentido. Éste es vuestro auténtico yo, el ser supremo, el anciano. Nunca deja de experimentar una alegría infinita. Es siempre el mismo. Es la propia Mente.[5]

Puesto que eso es lo que da testimonio de nuestro ego, o nuestro «yo» individual, Ramana Maharashi lo ha denominado «yo-yo» absoluto, que es lo que Plotino llama «aquello que piensa la mente antes de pensarse a sí misma». Este «yo-yo» es simplememte la subjetividad absoluta, que antes hemos denominado conciencia no dual o Mente. Por consiguiente, debemos subrayar una vez más que, a pesar de que por pura conveniencia hablamos de la Mente, la subjetividad absoluta, o el testigo, en realidad no es subjetiva ni objetiva; permanece como conciencia no dual, *siendo testigo de todo sin separarse de nada*, de modo que «la subjetividad aparente del yo existe sólo en el plano de la relatividad y desaparece en lo absoluto».

La subjetividad absoluta, por consiguiente, es la conciencia no dual, cuyo modo de ser es formar una unidad con sus «objetos» de conocimiento. Sin embargo, tomamos erróneamente nuestro ego/yo por el sujeto real, separando así dicho «yo» de los objetos «externos», lo que nos conduce al modo dualista de conocimiento simbólico y «objetivo». Éste es el prototipo psicológico de todos los dualistas y, como veremos más adelante, el punto de partida de todas las ilusiones.

Debe ser perfectamente evidente que la subjetividad absoluta no es más que otro nombre para Dharmadhatu, Sunyata, Tao, Brahma, o cabeza divina. Hemos visto, en relación con cada uno de ellos, que no hay forma definida de asimilar intelectualmente la realidad y, evidentemente, lo mismo ocurre con la subjetividad absoluta. No se puede pensar en ella, porque ella es la que piensa; no se la puede conocer, porque ella es la que conoce. Para citar de nuevo a Shankara:

> Un conocimiento distinto y determinado es posible con respecto a todo lo que es capaz de convertirse en objeto de conocimiento, pero es imposible en el caso de algo que no pueda convertirse en dicho ob-

jeto. He ahí el caso de Brahma, ya que es el conocedor y como tal puede conocer otras cosas, pero no puede convertirse a sí mismo en objeto de su propio conocimiento, así como el fuego puede quemar otras cosas pero no a sí mismo. Tampoco puede decirse que Brahma sea capaz de convertirse en objeto de conocimiento para cualquiera a excepción de sí mismo, ya que fuera de sí mismo no hay nada capaz de poseer conocimiento.[6]

Y Lao Tzu declara:

> Porque el ojo le mira pero no alcanza a vislumbrarle,
> se le llama elusivo.
> Porque el oído escucha pero no logra oírle,
> se le llama enrarecido.
> Porque las manos palpan pero no le encuentran,
> se le llama infinitésimo.
> Los tres, al no poder seguir siendo escudriñados,
> se funden en uno solo.
> Su nacimiento no aporta luz,
> ni su puesta oscuridad.
> Interminable la serie de cosas sin nombre
> en el camino de regreso a donde no hay nada.[7]

En un sentido parecido, dado que la subjetividad absoluta es pura conciencia no consciente de sí misma como objeto, Zen se refiere a la misma como el inconsciente (*wu-shin*) y el *Lankavatara Sutra* afirma simplemente: «Así como una espada no puede cortarse a sí misma, ni un dedo tocar su propia punta, la Mente es incapaz de verse a sí misma». Así pues, volvemos al punto en que si intentamos conocer la realidad como objeto/concepto, entonces la realidad, en *apariencia* pero no en rigor, se divide en conocedor y conocido. Recordemos las palabras de G. Spencer Brown:

> Cabe admitir que el mundo es indudablemente sí mismo (es decir, indistinto de sí mismo [nosotros lo hemos denominado no dual]), sin embargo, en todo intento de verse a sí mismo como objeto, debe... convertirse en distinto de sí mismo y, por consiguiente, en falso consigo mismo.[8]

Por tanto, como comenzamos a sugerir en relación con el Yogacara, la fuente aparente de nuestras ilusiones dualistas es el proceso de *objetivación*, de intentar conocer la realidad *como* objeto *a través* de un sujeto; proyecto condenado al fracaso, ya que la subjetividad absoluta no puede convertirse en un objeto sin dejar de ser sí misma (es decir, «indistinta de sí misma»). Sin embargo, antes hemos argüido que el proceso a través del cual se generan dualismos depende de nuestro uso equívoco del conocimiento simbolicocartográfico, o *conceptualización*. Pero a decir verdad, tanto si hablamos de *conceptualización* como de *objetivación*, nos referimos esencialmente al mismo proceso, porque en el momento en que formamos *conceptos* sobre el universo, lo convertimos (aparentemente) en *objetivo*. Ésta es exactamente la conclusión a la que llegamos al hablar del Yogacara y del Madhyamika, es decir, que los conceptos y los objetos son, en cierto sentido, sinónimos. Por consiguiente, cuando dejamos de confundir los conceptos con el universo, éste deja de parecer un objeto y viceversa.

Es la identidad de la objetivación y la conceptualización, tal como la hemos explicado, lo que indujo a Berdyaev a declarar: «En la *objetivación* no hay realidades primarias, sino sólo *símbolos*... En el *objeto* no hay nunca realidad alguna, sino sólo el *símbolo* de la realidad». Asimismo, Eddington afirmó que la «pérdida de la intimidad», es decir, la pérdida de la no dualidad, está relacionada con el crecimiento del simbolismo. Huang Po, a su vez, declaró que «nuestra naturaleza de buda original, en la mayor expresión de su verdad, no alberga ni un solo átomo de *objetividad*», y a continuación anunció que esto sería perfectamente evidente «si uno pudiera llegar a liberarse de la *conceptualización*».[9] De ahí que el *Despertar de la fe* afirme que la ignorancia y la ilusión tienen lugar cuando «emerge de pronto la *conceptualización*», pero también define la ignorancia como «entorpecimiento procedente de la concepción de *objetos*».[10] En este sentido, por consiguiente, la conceptualización y la objetivación son dos nombres para un mismo acto primario de dualismo, en el que

la subjetividad absoluta se convierte mitóticamente en falsa consigo misma.

Esto no significa, por supuesto, que para «ver el mundo correctamente» debamos abandonar permanentemente nuestras construcciones simbólicas y dedicarnos a emitir gruñidos y susurros incoherentes, donde antes predominaba un discurso académico. Lo único que significa es que cuando comprendamos plenamente que el sujeto y el objeto no son dos, *entonces* podremos volver a la conceptualización, porque ya no nos dejaremos engañar por su información. Y a no ser que seamos capaces de hacerlo, a no ser que seamos conscientes del territorio de dichos objetos/conceptos ilusoriamente representan, seguiremos andando a tientas en las tinieblas. Y, como dice un proverbio chino, «un perro ladra a la oscuridad y otros mil perros lo toman por realidad».

Así como el modo no dual de conocimiento es reconocido universalmente, también lo es la metáfora de la subjetividad absoluta. Cuando le preguntaron dónde se encontraba el reino de los cielos, Jesucristo respondió: «En el interior». El «interior» es precisamente la fuente, el testigo, lo que los hinduistas denominan *Atman*, el supremo conocedor en todos y cada uno de nosotros que no es sino Brahma, la única realidad básica del universo, de modo que al descubrir dicho «interior», ese Atman, esa absoluta subjetividad, todos podemos decir «yo y mi padre somos uno», o como dice el *Chandogya Upanishad*, «eso que es la más pura esencia, que el universo entero tiene como su yo. Ésa es la realidad. Eso es Atman. *Eso eres tú*».[11]

En el budismo Mahayana, ese «interior que está más allá» se denomina *Tathagatagarbha*, o matriz de la realidad. La palabra «matriz» sugiere la naturaleza de la realidad como un «campo» y es, por tanto, una reminiscencia del Dharmadhatu o campo universal. En realidad, el Tathagatagarbha es idéntido al Dharmadhatu centrado en el individuo, al igual que en el hinduismo Atman es idéntico a Brahma centrado en el individuo. Pero el Tathagatagarbha (como Atman) tiene unas connotaciones más psicológicas y «personales», como lo de-

muestra el hecho de que signifique también útero de la realidad, el útero en el que renacemos, como cuando Hermes dice:

> Veo que por la gracia de Dios ha llegado a existir en mí una forma que no está elaborada con materia... Ahora no soy el hombre que fui; he nacido de nuevo en la Mente, y la forma corporal que antes era mía ha sido ahora alejada de mí. Ya no soy un objeto de colores y tangible, una cosa de dimensiones espaciales, ahora soy ajeno a todo eso y a todo lo que percibes cuando miras con mirada corporal. Para ojos como los tuyos, hijo mío, soy ahora invisible.

«Ahora invisible» porque la subjetividad absoluta, la Mente, es algo que nadie puede ver; no se brinda a convertirse en objeto, sólo en ilusión.

En el budismo Ch'an, la «posición» de subjetividad absoluta, es decir, el «estado» en el que se conoce la realidad en un sentido no dual, se denomina posición del «anfitrión», en contraste con la posición del «invitado», en la que se conoce la realidad a través de conceptos objetivos. El hombre centrado en la posición del anfitrión es al que el taoísmo denomina «hombre superior», y Rinzai lo llama «el verdadero hombre sin rango (*wu-i*)». Pero esto no se refiere a un hombre como cualquiera, sino a *jen*, el hijo de Dios, la segunda persona de la Trinidad, *al-insan al-Kamil*, Pneuma, *ruarch adonai*, Nous, el conocedor absoluto común en y a todos nosotros, Atman, Purusa, Adam-Kadmon, el hombre divino, el hombre universal, el superhombre de Nietzsche, sin rango, puesto que nada se le puede atribuir, como cuando Shelley canta en *Prometheus Unbound*:

> El velo pintado, por quienes lo eran, llamado vida,
> que imita, como con colores perezosamente esparcidos,
> cuanto los hombres creen y esperan, es arrancado y desdeñado;
> el astroso antifaz ha caído, el hombre persiste
> desprovisto de cetro, libre, incircunscrito...

Mencionemos ahora un hecho implícito permanentemente en esta discusión sobre la subjetividad absoluta, que ahora

cabe afirmar de modo explícito: el hombre como conocedor, testigo, Atman, subjetividad absoluta, anfitrión, Tathagatagarbha, «eso» que está leyendo en esta página, es la cabeza divina, Brahma, Dharmadhatu, el hombre universal desprovisto de rango, la Mente, la propia realidad; mientras que el hombre como objeto de conocimiento, como fenómeno percibido, como invitado, como quien viste «el velo pintado, el astroso antifaz», es el ego, la persona individual (del griego *persona*: «*antifaz*»), el yo independiente y alienado.

Ahora bien, la subjetividad absoluta o Mente suele describirse como infinita y eterna, pero una vez más esto no son más que conceptos que representan la realidad tal como se manifiesta a través del modo no dual de conocer. El problema, como siempre, radica en que cuando intentamos hablar de la realidad, no tenemos más remedio que recurrir a conceptos y, dado que todos los conceptos son dualistas, metemos la pata en el momento de abrir la boca. Es como el caso de los cuatro frailes que hicieron un voto de silencio y, después de bastante tiempo, uno de ellos dijo inadvertidamente: «He decidido permanecer en silencio el resto de mi vida». Al oírlo, el segundo fraile comentó: «¡Pero acabas de romper el voto al hablar!». Entonces el tercer fraile le dijo al segundo: «¡Tú también acabas de hacerlo!». El cuarto fraile se echó a reír, puesto que sus tres compañeros habían roto el voto de silencio, y exclamó: «Bien, parece que yo seré el único en permanecer silencioso». A propósito del caso, Huang Po declaró: «Comenzad a razonar sobre algo y caeréis inmediatamente en un error». Y san Agustín llegó a la conclusión de que «toda escritura es vana».

Esta dificultad es particularmente aguda al tratar de la infinidad y la eternidad. Por ejemplo, cuando pensamos en el reino de lo infinito, solemos imaginarlo de algún modo por encima o aparte de lo finito, lo cual priva inmediatamente a lo infinito de su naturaleza absoluta, ya que lo infinito, por el hecho de «incluirlo todo», no tiene ningún término opuesto ni es independiente de nada, al carecer (metafóricamente) de cualquier tipo de frontera. «*Lo finito no es lo opuesto a lo infi-*

*nito* sino, por así decirlo, un extracto del mismo.»[12] Si vamos a pensar en ello, los conceptos negativos tales como carencia de tamaño, espacio, extensión o dimensiones, son los que más se aproximan a la idea del mismo. Así pues, la infinidad «carente de espacio» está presente en su totalidad en cada punto del espacio y por consiguiente, *respecto a la infinidad*, todos y cada uno de los puntos del espacio están absolutamente AQUÍ. Una analogía muy basta, e incluso hasta cierto punto engañosa, es la del color «azul», ya que la «cualidad de azul» carece de forma o de espacio, pero no excluye la forma, ya que uno puede coger un lápiz azul y dibujar formas y figuras, «en» todas las cuales estará enteramente presente la misma «calidad de azul». Lo infinito no es, por tanto, lo opuesto a lo finito, sino más bien su «base», y por consiguiente entre lo infinito y lo finito no hay frontera alguna.[13]

Los teólogos y metafísicos más perspicaces siempre lo han comprendido. En Hua-yen, por ejemplo, esta observación se expresa como *shih li wu ai*, «entre lo infinito y lo finito no hay obstrucción». El maestro Tung-shan del Soto Zen lo expresó como *pien chung chih*, que significa aproximadamente «el infinito comprendido a través de partículas finitas», que equivale a la «visión» de Blake del «mundo en un grano de arena». El gran maestro de Ch'an, Yun-men, se expresó de un modo más directo; un buen día dibujó con su bastón una línea en el suelo y declaró: «Todos los budas, innumerables como los granos de arena, están aquí reunidos en una disputa interminable»; lo que equivale aproximadamente en el budismo a la pregunta cristiana (perfectamente razonable): «¿Cuántos ángeles caben en la cabeza de una aguja?».

Una analogía frecuentemente utilizada para expresar la «no idea» de lo infinito es la de un espejo y los objetos reflejados, ya que un espejo puede reflejar manzanas y caballos, hombres y árboles, sillas y caballos, sin que el espejo sea ninguno de dichos reflejos, pero sin estar tampoco separado de los mismos, que es lo que Clemente de Alejandría expresó como «el espíritu de Dios indivisible dividido en todo». Huang Po lo explica como sigue:

> La naturaleza esencial de buda es un todo perfecto, sin carencia ni inutilidad... Impregna los reinos infinitos de la existencia y, sin embargo, sigue siendo por doquier un todo completo. Así pues, cada uno de los espejismos de los fenómenos del universo *es* lo absoluto.[14]

Nagarjuna se mostraba igualmente inflexible en este punto, como lo explica acertadamente Murti:

> Lo absoluto no es una realidad que se oponga a otra, la empírica (y finita). Lo absoluto visto a través de las formas del pensamiento es un fenómeno. Lo último, libre de las formas superpuestas del pensamiento, es lo absoluto. La diferencia es epistémica y no ontológica. Nagarjuna declara por consiguiente que no existe diferencia alguna entre el mundo y lo absolutamente real.[15]

A pesar de la similitud aparente, esto no es el sistema filosófico llamado panteísmo, que afirma que todas las cosas son Dios.[16] En primer lugar, las cosas no existen. En segundo lugar, esto no es una filosofía sino un nivel de la conciencia. En tercer lugar, *shih li wu ai*, «entre lo infinito y lo finito no existe obstrucción alguna», simplemente afirma que lo infinito y lo finito no pueden oponerse ni enfrentarse, ya que esto arrastraría lo infinito al nivel de lo finito, convirtiéndolo en un mero ser junto a otros seres, ya que lo que se considere aparte de los seres finitos debe ser a su vez finito. Paul Tillich dedicó una buena parte de su vida a intentar demostrarlo y uno de sus alumnos, Rollo May, lo resumió como sigue:

> Dios no puede ser un ser ajeno a los demás seres. Insistir en que es un ser que está «por encima» o «por debajo» de todos los demás equivale a considerarle un ser aparte de los otros seres, una especie de «ser supremo» que colocamos en el universo, entre las estrellas. Si es una cosa, algunas cosas del universo deben ser ajenas a su control, y ha de estar sujeto a la estructura como conjunto. Un auténtico galimatías de absurdos problemas se abre entonces ante nosotros, como la pregunta: «¿Cómo pasaba Dios el tiempo antes de crear la tierra?». Paulus (Tillich) nos dio en una ocasión la respuesta que le habían ofrecido sus alumnos en Alemania: «Pensando en cómo castigaría a aquellos que formularan tales preguntas».[17]

Aclaremos a estas alturas que cuando hablamos de la infinitud como carente de tamaño, dimensión o espacio, el *espacio* que está *ausente* en la infinitud es primordialmente el *espacio* entre sujeto y objeto o, si se prefiere, el *espacio* entre el lector y esta página, entre el sujeto y los objetos de percepción. Éste es el espacio que parece convertirle a uno en un «sujeto» independiente del resto del universo como «objetos ajenos». Dicho espacio parece real porque uno está convencido de que su yo subjetivo también lo es y, además, de que está realmente separado de sus objetos de percepción.

Sin embargo, ambos supuestos son demostrablemente falsos. A decir verdad, el yo «independiente y subjetivo» no es en absoluto un sujeto real, ni tampoco un perceptor u observador real, ya que puede ser fácilmente percibido y observado y, repitiendo las palabras de Huang Po, «recordad que lo percibido es incapaz de percibir». Este «sujeto» independiente, en otras palabras, no es más que un complejo de objetos perceptibles con los que, por alguna extraña razón, me he identificado. Resumiendo, no es en absoluto un verdadero sujeto, sino un seudosujeto. Ahora bien, ¿qué ocurre si vamos «más allá» de dicho seudosujeto, dirigiéndonos aparentemente hacia el interior, en busca del verdadero perceptor, el yo real, la subjetividad absoluta? ¿Qué encontramos? Veamos las palabras de David Hume, en su *Treatise of Human Nature*:

> Por mi parte, cuando penetro con mayor intimidad en lo que domino *yo mismo*, siempre tropiezo con alguna percepción determinada u otra, de frío o de calor, de luz u oscuridad, amor u odio, dolor o placer. En ningún momento me encuentro a *mí mismo* sin percepción alguna, ni logro observar otra cosa más que la percepción.

En otras palabras, cuando busco mi verdadero yo, lo único que encuentro son objetos de percepción, lo que demuestra palpablemente que el *espacio* entre sujeto y objeto está ausente en la subjetividad absoluta. De ahí que Ramana Maharashi pudiera proclamar que «la idea de que el observador se

diferencia de lo observado reside en la mente (es decir, el pensamiento). Para quienes residen permanentemente en (la subjetividad absoluta) el observador es lo mismo que lo observado». Resumiendo, la subjetividad absoluta es una con su universo de conocimiento, de modo que, en realidad, uno *es* lo que observa.

Por tanto, la separación, el *espacio*, entre el «sujeto interior» y el «objeto ajeno» es una sutil ilusión. El verdadero yo no conoce el universo a lo lejos, lo conoce por serlo, sin el más mínimo *espacio* que le separe del mismo. Y lo que carece de espacio es y debe ser infinito.

Ahora bien, la eternidad es al tiempo lo que la infinitud es al espacio. Es decir, así como la infinitud está plenamente presente en cada punto del espacio, la eternidad está plenamente presente en cada punto del tiempo. Por tanto, desde el punto de vista de la eternidad, la totalidad del tiempo es AHORA, así como para el infinito la totalidad del espacio está AQUÍ. Dado que la totalidad del tiempo es AHORA, de ahí se deduce que el pasado y el futuro son meras ilusiones y que «la única realidad es la realidad presente».

> El momento actual en el que Dios creó al primer hombre y el momento actual en el que desaparecerá el último hombre, así como el momento actual en el que estoy hablando son todos uno en Dios, para quien sólo existe un ahora. ¡Mirad! La persona que vive iluminada por Dios no es consciente del tiempo pasado ni del venidero, sino sólo de una eternidad.

Ésta es la razón por la que en la Biblia se habla alternativamente del día del alma en el tiempo y del día de Dios en la eternidad, y es la que indujo a san Dionisio a declarar que «es necesario, a mi parecer, comprender el sentido en el que las escrituras hablan del tiempo y de la eternidad».[18] El maestro Eckhart aclara:

> No hay un solo tipo de días. Está el día del alma y el día de Dios. Un día, después de seis o siete o después de más de seis mil años, está tan cerca del presente como el ayer. ¿Por qué? Porque todo el tiempo

> está contenido en el momento actual presente... El día del alma encaja en dicho tiempo y consiste en la luz natural con que se ven las cosas. El día de Dios, sin embargo, es el día completo, que comprende tanto el día como la noche. Es el verdadero momento actual... El pasado y el futuro están ambos lejos de Dios y son ajenos a su modo de proceder.[19]

Dado que la luz de la eternidad, pasada, presente y futura, está contenida simultáneamente en el momento actual, Jesucristo pudo afirmar que «antes que Abraham *fuera*, *soy* yo», y Plotino declara simplemente: «hay un solo día, la serie no tiene lugar; no hay ayer ni mañana». San Agustín explica: «Examinad los cambios de las cosas y por todas partes encontraréis "ha sido" y "será". Pensad en Dios y encontraréis "es" donde "ha sido" y "será" no puede ser».[20] Incluso el propio santo Tomás comprendió perfectamente que la realidad es eterna, como lo afirma con toda claridad en la *Summa Contra Gentiles* (1.14,15):

> Dios no se mueve en absoluto y, por consiguiente, no se le puede medir en el tiempo; tampoco existe «antes o después» ni puede seguir existiendo después de haber existido, ni puede hallarse en Él sucesión alguna... sino que la totalidad de su existencia tiene lugar simultáneamente; y ésta es la naturaleza de la eternidad.

Asimismo, Nicolás de Cusa afirma que «toda sucesión temporal coincide en el mismo ahora eterno. Por consiguiente, no existe nada pasado ni futuro...».[21]

La visión de que la realidad es eterna no se limita, ni mucho menos, a la teología cristiana. Dado que forma parte inseparable de ese «consenso filosófico de extensión universal», aparece en todas partes desde el hinduismo hasta la física moderna. Por ejemplo, el vedantista Ramana Maharashi dice:

> Aparte de nosotros, ¿dónde están el tiempo y el espacio? Si somos cuerpos, estamos involucrados en el tiempo y en el espacio, pero ¿lo estamos? Somos un ahora único e idéntico, entonces, siempre, aquí, allí y en todas partes. Por consiguiente, nosotros, seres atempo-

rales e inespaciales, solo somos... Lo que afirmo es que el yo está aquí y ahora, y solo.[22]

Y en cuanto al budismo, puede decirse en términos generales que el objeto primordial de todas las prácticas budistas es despertar («buda» significa «el que ha despertado») al presente eterno. De ahí que Huang Po declare: «El tiempo sin principio y el momento actual son lo mismo... Lo único que debéis entender es que el tiempo no tiene existencia real».[23] Y Chao-chou afirma que «antes de que el mundo fuera, esta realidad *es*». D. T. Suzuki, en su explicación sobre el *Gandavyuha Sutra*, declara que «en este mundo espiritual no hay divisiones temporales como pasado, presente y futuro, ya que se han contraído en un solo momento del presente, en el que la vida palpita en su verdadero sentido»;[24] y en el propio sutra Sudhana dice que la realidad es «la morada de aquellos que... son capaces de percibir billones de años (kalpas) de existencia en un momento (ksana)..., percibiendo en un instante la totalidad del pasado, presente y futuro». Y en *Awakening of Faith* se afirma rotundamente que *«el descubrimiento de que la Mente es eterna se llama iluminación final»*.[25]

De ahí que los maestros del Ch'an (Zen) utilicen todos los medios a su alcance (*upaya*) para despertar a sus estudiantes al ahora eterno, que, como declara Chung-Yuan, «éste es el quid de la enseñanza del Ch'an. La última realidad yace en el mismo corazón de la existencia cotidiana, si uno sabe cómo aprovechar el momento absoluto».[26] Incluso el propio Buda declaró: «Procurad cruzar el pegajoso cenagal y no permitáis que se os escape el momento, ya que lo lamentarán aquellos a quienes el momento se les escape».[27] A fin de capturar el momento, Ch'an recurre a la acción directa e inmediata, ya que sólo esta actividad espontánea desconoce tanto el pasado como el futuro. Un buen día, cuando el maestro del Ch'an, Ma-tsu, paseaba con uno de sus discípulos llamado Po-chang, una manada de gansos silvestres pasó volando por encima de sus cabezas y Ma-tsu preguntó:

—¿Qué es eso?

—Gansos silvestres.

—¿Dónde están en este momento?

—Se han ido volando.

Entonces Ma-tsu agarró la nariz de Po-chang y le dio un fuerte tirón, hasta que éste gritó de dolor.

—¿Cómo puedes decir que se han ido volando? —exclamó Ma-tsu—. Han estado aquí desde el primer momento.

Como representación musulmana, Jalalu'd Rumi declara, hablando de Dios, que «su existencia en tiempo pasado o futuro sólo es en relación a uno mismo; ambos son lo mismo para Él, pero *uno lo piensa por separado*». Por tanto, un auténtico sufí (musulmán esotérico) se denomina «hijo del momento; es... no del tiempo... el pasado y el futuro y el tiempo sin principio y el tiempo sin fin no existen (por consiguiente), no es el camino hablar de "mañana"»,[28] lo que es semejante a las palabras de Jesucristo: «No penséis en el mañana».

Incluso los físicos cuánticos modernos han destruido para siempre el antiguo concepto newtoniano del tiempo serial, para reemplazarlo por el absoluto aquí y ahora, para un determinado individuo. Schroedinger, que comprendió perfectamente que la realidad es sólo mente, dijo lo que sigue:

> Me aventuro a llamarla (la mente) indestructible, dada su peculiaridad cronométrica, es decir, la mente es siempre ahora. En realidad, no hay un antes ni un después para la mente... El *presente* es lo único que no tiene fin... Podemos afirmar, o por lo menos así lo creo, que la teoría física en su estado actual sugiere con fuerza la indestructibilidad de la mente por el tiempo.[29]

La mente es indestructible por el tiempo porque, como dijo Parménides, «ni nunca *ha sido*, ni *será*, ya que *es* ahora plenamente». Y ese ahora, en palabras de Dante, es «el momento en que todos los tiempos están presentes».

La misma importancia, sin embargo, tiene el hecho de que la mecánica cuántica y la teoría de la relatividad hayan aportado otro descubrimiento; a saber, el de que el espacio, el tiempo y los objetos forman en cierto sentido un *continuo*. De

un modo simple y no matemático, puede explicarse como sigue: la propia consideración del espacio tiene una cualidad de función ambiental; es decir, el espacio no es una nada en blanco y sin características, sino más bien aquello que rodea o encierra los objetos, razón por la cual los físicos hablan de ciertas propiedades del mismo, como su curvatura. El espacio, dicho en otras palabras, no puede existir independientemente de los objetos, dado que por definición es aquello que los rodea. Los objetos, por otra parte, deben estar rodeados de espacio; es decir, deben tener unos límites, o de lo contrario simplemente explotarían. El espacio y los objetos, en este sentido, son, por consiguiente, una misma cosa. Además, para que existan los objetos, deben ser duraderos; es decir, la duración o el tiempo es algo necesario para la existencia de los objetos, ya que sin duración no habría nada que durara. La existencia de la duración depende a su vez de los objetos, ya que sin objetos que duraran no podría haber duración y, en este sentido, el tiempo y los objetos son una sola cosa. De ello se desprende que el espacio y el tiempo son también una sola cosa. Así pues, el espacio, el tiempo y los objetos son mutuamente dependientes e inseparables, y, por consiguiente, la irrealidad de cualquiera de ellos conlleva la irrealidad de los otros dos. El caso es que, dado que el tiempo y el espacio son ilusorios, simplemente acabamos de demostrar —de un modo algo distinto— la «doctrina» Madhyamika del vacío de las «cosas», así como la doctrina Hua-yen *shih li wu ai* de la «interpenetración mutua de todas las cosas». En palabras de Aristóteles:

> Si el antes y el después están en un mismo ahora, lo que ocurrió hace diez mil años debe ser simultáneo con lo que ocurre en la actualidad, y nada puede ser anterior ni posterior a ninguna otra cosa... En tal caso todo estaría en cualquier cosa y el universo en un grano de mijo, por el simple hecho de que el grano de mijo y el universo existen al mismo tiempo.[30]

Comentando este pasaje, Coomaraswamy explica:

> Hay un sentido en que el universo esté «en el grano de mijo», ya que si consideramos el grano y el universo, no por su extensión, sino por su esencia común e inmutable que incide en el absoluto ahora, cabe afirmar que el universo está «en» el grano, así como el grano en el universo...[31]

Y todo debido simplemente a que la irrealidad del tiempo denota la irrealidad de los objetos individuales.

Ahora bien, el hecho de comprender que el mundo real «goza simultáneamente de la totalidad de su existencia y ésa es la naturaleza de la eternidad» conduce directamente a lo que quizá sea el mayor reto a la capacidad de la razón para comprender la realidad. En pocas palabras, el pensamiento es lineal, pero el mundo real no lo es. Tengo entendido que el primero en señalar esta ineludible limitación, intrínseca a la estructura misma del pensamiento, fue Lancelot L. Whyte; y más adelante fue ampliada por intelectuales como McCluhan, Bateson, Lilly, Watts y Weil. El pensamiento es secuencial, sucesivo, unidimensional, mientras que el mundo real se presenta como una pauta multidimensional, no sucesiva y simultánea de riqueza y variedad infinita; intentar que lo uno abarque lo otro equivale a querer admirar un hermoso paisaje a través de una pequeña rendija en la verja o asimilar un cuadro de Renoir con la única ayuda de un microscopio.

Recordemos que las «cosas» son simplemente producto del pensamiento y no seres reales que componen el universo. Es decir, una «cosa» no es más que un pequeño fragmento de atención selectiva, la «figura», extraída de la gestalt sensorial global, haciendo caso omiso de su inseparable «medio ambiente». En palabras de William James, una «cosa» es el producto de «atender a eso e ignorar aquello». Estos pequeños fragmentos de atención, como aclara James más adelante, son entonces identificados por palabras, nombres u otros símbolos y, de ese modo, elevados al rango imaginario de «cosas» reales, vivas e independientes. Y dado que todas las palabras, a excepción de los nombres propios, son dualistas, este proceso simplemente agrava la ilusión de que las «cosas» son enti-

dades independientes y autoexistentes, desparramadas a la espera de ser percibidas. En este punto confundimos plenamente dichos símbolos con la propia realidad; la ilusión queda corroborada.

Sin embargo, el hecho es que la figura y el terreno constituyen una relación inseparable de unidad en la diversidad y diversidad en la unidad, por la razón expresa de que lo uno jamás podría manifestarse sin lo otro, del mismo modo que lo convexo no existe sin lo cóncavo, la línea interior sin la exterior, el comprador sin el vendedor, arriba sin abajo, o dentro sin fuera. No obstante, afirmar que las «cosas» no existen no significa que el mundo sea una mescolanza uniforme; como señaló R. H. Bryth, *el «vacío» significa carencia de «límites», no de «características»*. En todo caso, sólo limitando la atención a determinadas facetas del campo ilimitado del concienciamiento, llegamos a la convincente ilusión de que el mundo consiste en numerosas «cosas» separadas e independientes, «ajenas» a nosotros.

Ahora bien, la única forma en que el pensamiento es capaz de asimilar estos pequeños fragmentos de atención limitada consiste en colocarlos en un orden lineal. Evidentemente, después de dividir el mundo en innumerables trocitos, es imposible asimilarlos todos simultáneamente; hay que absorberlos sucesivamente, paso a paso, al igual que para leer esta página uno lo hace palabra por palabra. Como todo el mundo sabe, somos incapaces de pensar en dos o tres «cosas» al mismo tiempo sin caer en una enorme confusión; por consiguiente, para introducir cierta medida de orden y coherencia, el proceso mental, con la ayuda de la memoria, vincula dichos trocitos independientes de atención a lo largo de una línea que crea especialmente para este propósito, casi del mismo modo en que se han ordenado estas palabras para formar «líneas impresas».

Esta «línea» de fragmentos sucesivos de atención limitada, esta «línea» a lo largo de la cual el pensamiento ordena sus conceptos objetivos, esta «línea» que el propio pensamiento elabora, no es más que el *tiempo*. En otras palabras, el tiempo

es, ni más ni menos, la forma sucesiva del pensamiento de ver el mundo. Sin embargo, acostumbrados a contemplar la naturaleza de ese modo lineal, sucesivo y temporal, pronto llegamos a la conclusión «evidente» de que la propia naturaleza avanza linealmente, del pasado hacia el futuro, de causa a efecto, de antes a después, de ayer a mañana, ignorando por completo el hecho de que esta supuesta linealidad de la naturaleza no es más que consecuencia de nuestra forma de observarla. Claro que, para el martillo, la totalidad del mundo tiene aspecto de clavo.

Pero el avance de la naturaleza no es lineal, sino que tiene lugar simultáneamente, al mismo tiempo por doquier. Las pruebas de dicha simultaneidad están al alcance de la mano. Si nos limitamos a dejar de leer y levantamos la cabeza, descubriremos infinidad de procesos que tienen lugar al mismo tiempo: brilla el sol, el corazón late, los pájaros cantan, los niños juegan, los pulmones respiran, los perros ladran, sopla el viento, cantan los grillos, los ojos ven, los oídos oyen..., ¿es preciso seguir? Dichos fenómenos no se preceden ni siguen entre sí en el tiempo, sino que ocurren por doquier al mismo tiempo, ni antes ni después. En otras palabras, decir que la naturaleza no avanza por una *línea*, equivale a decir que la naturaleza no avanza por el *tiempo*: toda su existencia tiene lugar simultáneamente y ésta es la naturaleza de la eternidad.

En realidad, la idea de sucesión, la de que una «cosa» suceda a otra en el tiempo, depende directamente del proceso de nuestra *memoria*, ya que es perfectamente evidente que sin memoria no tendríamos idea alguna del tiempo, ni pasado ni futuro. Lo que habría entonces que preguntarse es si la memoria nos *informa* de un fenómeno real que denominamos «tiempo», o si la memoria *crea* una ilusión del «tiempo».

A primera vista, no cabe la menor duda de que la memoria parece informarnos verazmente de un pasado real, ya que tenemos la inequívoca sensación no sólo de ser capaces de conocer fragmentos de atención actuales, sino fragmentos del pasado archivados en la memoria. De dichos fragmentos de la memoria deducimos, naturalmente, que debe haber existido

un pasado real, con lo que generamos una intensa sensación de tiempo, e imaginamos que de algún modo nos desplazamos a lo largo del mismo hacia el futuro. Por consiguiente, el concepto de tiempo se basa directamente en la creencia de que, a través de la memoria, podemos conocer el auténtico pasado.

Sin embargo, una ilusión sutil se ha introducido en nuestra imagen, una ilusión descubierta en primer lugar y claramente anunciada por san Agustín y confirmada recientemente por personajes como Schroedinger y Watts; ya que, hablando con toda propiedad, nunca somos directamente conscientes de un pasado real, sino más bien de una imagen en la memoria de dicho pasado y, además, la memoria en cuestión existe sólo en y como *presente*. En palabras de Watts:

> Pero ¿qué ocurre con los recuerdos? ¿Qué duda cabe de que recordando puedo saber también lo que es el pasado? Bien, recordemos algo. Recordemos a un amigo que vimos caminando por la calle.¿De qué somos conscientes? No estamos en realidad presenciando el acto de caminar de nuestro amigo por la calle. No podemos acercarnos a él para estrecharle la mano, ni formularle la pregunta que olvidamos en la ocasión que ahora recordamos. En otras palabras, no estamos contemplando en absoluto el auténtico pasado. Lo que contemplamos es una huella actual del pasado... De los recuerdos deducimos que han tenido lugar sucesos en el pasado. Pero no somos conscientes de ninguno de ellos. Sólo conocemos el pasado en el presente y como parte del mismo.[32]

Así pues, al recordar *cualquier* «suceso del pasado», en realidad no somos conscientes en absoluto del pasado. Si recordamos, por ejemplo, lo que comimos anoche para cenar, ¿nos permitirá el recuerdo ver la comida? ¿Tocarla? ¿Probarla? Está claro que uno *nunca* es verdaderamente consciente del pasado, sino sólo de tenues imágenes del mismo, e incluso éstas existen exclusivamente en la experiencia *presente*.

Lo mismo es aplicable también al «futuro», ya que cualquier pensamiento sobre el mismo no deja de ser un pensamiento del *presente*. Ineludiblemente, el pasado y el futuro

«sólo nos son conocidos en el presente y como parte del mismo». Por tanto, el único tiempo del que somos conscientes es el *ahora*. De ahí que Schroedinger afirmara que «la Mente es siempre *ahora*. No hay en realidad un antes y un después para la Mente. Hay sólo un *ahora* que incluye recuerdos y expectativas».[33] San Agustín era también de la misma opinión, como lo demuestran las palabras de Bertrand Russell en las que resume su punto de vista, «sólo cabe pensar en el pasado y en el futuro como presente: el "pasado" hay que identificarlo con la memoria y el "futuro" con la expectación, y tanto la memoria como la expectación pertenecen ambas al presente».[34] Por consiguiente, es sólo al confundir el recuerdo presente con el conocimiento del pasado cuando elaboramos, a partir de este momento presente, la vasta ilusión denominada «tiempo».

He ahí el *cómo* de la génesis del tiempo; en su momento veremos que el *porqué* es la evitación de la muerte por parte del hombre. Pero dejando esto a un lado de momento, a estas alturas debería ser evidente que cuando deja de imaginarse que la memoria es un conocimiento real del «pasado», para entenderse como una experiencia *presente*, se desmorona inmediatamente la base de la ilusión del tiempo. El pasado y el futuro se contraen en el ahora, el antes y el después en el presente, la linealidad en la simultaneidad, y el tiempo se esfuma en la eternidad. De modo que todas las citas anteriores sobre el tiempo y la eternidad (que puede que ahora deseen volver a leer) apuntan al mismo descubrimiento: este momento presente contiene la totalidad del tiempo y es por consiguiente en sí atemporal, por lo que *ese presente atemporal es la propia eternidad*, o momento sin fecha ni duración, extensión ni sucesión, pasado ni futuro, antes ni después, «gozando simultáneamente de toda su existencia, que es la naturaleza de la eternidad». Por tanto, podemos afirmar con René Guénon que:

> Quien sea incapaz de escapar de la plataforma de sucesión temporal para ver todas las cosas en su simultaneidad, lo será también de la más mínima concepción de orden metafísico.[35]

O, como Coomaraswamy, «su naturaleza atemporal (de cabeza divina) es la del "ahora" sin duración, que los que sólo somos capaces de pensar en términos del pasado y del futuro no hemos ni podemos haber experimentado».[36] Coincidimos también con Wittgenstein: «Si aceptamos que la eternidad no significa duración temporal infinita sino atemporalidad, entonces la vida eterna pertenece a aquellos que viven en el presente. Nuestra vida no tiene fin, exactamente del mismo modo en que nuestro campo visual no tiene límites».[37]

Vale la pena repetir la afirmación de Wittgenstein de que la eternidad no es duración temporal infinita, sino atemporalidad. Así como la infinidad no es grande ni pequeña, sino carente de tamaño e inespacial, la eternidad no es un tiempo de duración permanente ni una pequeña fracción de segundo; es atemporal, un momento sin fecha ni duración, que existe ahora en su *totalidad*. *Este* momento presente, puesto que no conoce el pasado ni el futuro, es en sí atemporal y lo que es atemporal es eterno. Por consiguiente, «la vida eterna pertenece a aquellos que viven en el presente».

La increíble confusión del tiempo de duración permanente con la eternidad en el cristianismo popular, y por consiguiente en la imaginación de la mayoría de los occidentales, merecería calificarse de gran catástrofe filosófica, que induce a formular preguntas descabelladas como: «¿Cómo conoce Dios el futuro?». Por otra parte, si comprendemos la eternidad, la respuesta es evidente. Como dice Boecio, el conocimiento de Dios del futuro, o «preconocimiento», debe entenderse como «conocimiento de un momento que nunca cesa, más que como preconocimiento, como si se tratara del futuro. Por consiguiente, no debe llamarse *pre*visión o visión *anticipada* sino *sobre*visión porque, alejada de las cosas inferiores, las contempla, por así decirlo, desde la cima más alta de las mismas».[38] Lo que Boecio llama «sobrevisión» es lo que en la actualidad denominaríamos *introspección*, que es precisamente el modo de conocer atemporal y no dual. Dios, que conoce todas las cosas por una instrospección no dual, conoce todos los tiempos, pasado y futuro, como existentes en este momento eterno.

El hecho de confundir el tiempo con la eternidad genera también una de las cuestiones ante la que más perplejo ha estado siempre el hombre, a saber: «¿Cuándo fue creado el universo?». Muchos astrónomos modernos responden más o menos que «hace X billones de años tuvo lugar un "big bang" que lanzó materia hacia el exterior del espacio desde un estanque muy condensado de plasma iónico. He ahí el principio del universo». Sin embargo, si se les pregunta qué ocurrió antes del «big bang», responden con la gran evasiva, ya sea diciendo que no lo saben o que prefieren cambiar de tema. Nadie ha encontrado todavía el principio del tiempo, de modo que en la actualidad la mayoría de los científicos y legos eruditos responden con indiferencia que «nunca fue creado ni tendrá fin», sin llegar a comprender el increíble significado de su afirmación, ya que lo que no tiene principio ni fin en el tiempo es y debe ser atemporal, eterno. Es decir, el universo y todas las cosas están siendo creadas *ahora*, en lo que Boehme denominó un «comienzo permanente». Eckhart dice:

> Hablar del mundo como algo que Dios creará mañana (o) creó ayer, es decir sandeces. Dios crea el mundo y todas las cosas en este presente de ahora.[39]

Suzuki, hablando de la doctrina budista del vacío (sunyata), dice:

> Dios no es enumerable matemáticamente en el tiempo. Su creatividad no es histórica, ni accidental, ni en absoluto conmensurable. Tiene lugar de un modo continuo e incesante, sin principio y sin fin. No es un suceso del ayer, del hoy ni del mañana, sino que emerge de la atemporalidad, de la nada, del vacío absoluto. Dios realiza siempre su labor en un presente absoluto...[40]

Y Coomaraswamy aclara: «En otras palabras, Dios está siempre creando el mundo "ahora, en este instante" y sólo a las criaturas del tiempo se les presenta la creación como una serie de sucesos o "evolución"».[41]

La creación emerge por consiguiente «siempre ahora», di-

rectamente del vacío de *este* momento atemporal, y no se trata de la creación de cosas, de materia, o de sustancia, *sino de la creación de dualismos*. Así se crea el universo y ésta es la creación de la que nos ocuparemos en breve.

Antes de concluir esta discusión sobre la eternidad y lo infinito, debemos hacer hincapié en un punto importante. Para ver acertadamente el mundo, experimentar la subjetividad absoluta y conocerlo como infinito y eterno, no basta simplemente con abolir el dualismo temporal del pasado y el futuro, o el dualismo espacial sujeto/objeto. Éstos, como todos los dualismos, más que falsos son ilusorios, e intentar abolirlos no es erróneo sino absurdo. El tiempo y el espacio no pueden ser abolidos, por el simple hecho de que no existen.

Así, si en este momento buscamos meticulosamente el más mínimo vestigio de tiempo, no lo hallaremos, ya que, como dijo san Agustín, el pasado no es literalmente más que un recuerdo y el futuro una mera expectación, teniendo en cuenta que tanto la memoria como la expectación son un hecho *presente*. Pensad en el pasado: he ahí un acto presente; anticipad el futuro: otro acto del presente. Toda prueba del pasado existe sólo en el presente y cualquier razón para creer en el futuro existe también sólo en el presente. Cuando el verdadero pasado tuvo lugar, no era el pasado sino el presente y cuando llegue el verdadero futuro, no será el futuro sino el presente. Por tanto, el *único* tiempo del que somos conscientes es el *momento presente*, un presente que incluye el pasado de recuerdos y el futuro de expectativas.

*Este* momento, puesto que contiene o abarca la totalidad del tiempo, está en sí por encima del tiempo, es atemporal, y ésa es la naturaleza de la eternidad. Tanto si decimos que la totalidad del tiempo es ahora, como que no hay otro tiempo más que ahora, todo se reduce a lo mismo: el tiempo es una gran ilusión y *este* momento atemporal es la propia eternidad. Por tanto, la eternidad no es el tiempo permanente, sino el presente real, inmarchitable, indestructible y atemporal, ya que, como dijo Schroedinger, el presente es lo único que no tiene fin.

Asimismo, el dualismo sujeto/objeto es tan ilusorio como el de pasado/futuro y su naturaleza ilusoria puede demostrarse con la misma facilidad. ¿Es alguien capaz, en este momento, de hallar un yo separado, un «sujeto» independiente aparte de su «objeto»? Al oír un sonido, ¿puede alguien oírse a sí mismo oyéndolo? Al degustar algo, ¿se puede degustar al degustador? ¿Oler al oledor? ¿Tocar al tocador? Al ver un árbol, ¿puede uno también ver a quien lo ve? Mientras uno piensa en todo esto, ¿puede hallar simultáneamente a un pensador que lo esté pensando? ¿No queda así claramente demostrado que no existe un sujeto independiente de los objetos? Ineludiblemente, la sensación denominada «uno mismo aquí» y la sensación llamada «objetos ajenos» son exactamente la misma sensación. Como hemos dicho en cuanto al Yogacara, en este momento el lector es esta página leyéndose a sí misma.

Ahora bien, este estado de concienciamiento no dual permanentemente presente, en el que el observador es lo observado, es lo que hemos denominado Mente. Ella es siempre el caso, ya que, tanto si somos conscientes de ello como si no lo somos, en realidad el sujeto nunca se separa del objeto; «la barrera no existe», por muy vehementemente que imaginemos lo contrario. En este capítulo también hemos denominado este concienciamiento no dual «subjetividad absoluta». No lo hemos hecho a modo descriptivo, sino preceptivo, utilizando la «subjetividad absoluta» como una especie de cartel, cual hilo de Ariadna que nos permita abandonar el laberinto de la dualidad y regresar a la Mente sola. Y qué duda cabe de su utilidad, como lo han corroborado los místicos de todos los tiempos, ya que apunta hacia el hecho ineludible de que cuando uno va «más allá» del sujeto relativo para encontrar este testigo, este supremo conocedor, esta subjetividad absoluta, este perceptor, *lo único que uno encuentra son objetos de percepción*, que es la indicación más clara de que el conocedor es uno con el universo que conoce. Como hemos señalado, la comprensión no dual es la propia Mente. Y cuando esto ocurre (está ocurriendo *ahora*), entonces pasa a ser todavía más

evidente que lo que uno creía que era una separación entre uno mismo como «sujeto aquí» y el resto del universo como «objeto ajeno» es en realidad una ilusión sutil, que el universo nunca se divide realmente en observador y observado, sino que el observador y lo observado están siempre unidos en el acto presente de la observación. Por consiguiente, no hay razón alguna para no denominar el mundo real sólo Mente, sólo conciencia, o subjetividad absoluta, ya que en realidad la conciencia y el universo no son entidades independientes. Así pues, al igual que el «vacío», el «Dharmadhatu», «sólo Mente», o «Brahma», la «subjetividad absoluta» no es más que otro nombre para el mundo real como *indistinto* y, por consiguiente, veraz consigo mismo.

Puesto que los dualismos pasado/futuro y sujeto/objeto no sólo son falsos sino ilusorios, de ello se deduce que vivimos ya en el mundo real y como tal infinito y eterno (no enorme y permanente, sino inespacial y atemporal), por mucho que pretendamos ocultarlo con simbolismos. Por consiguiente, todas las discusiones sobre sólo Mente, sólo Brahma, el vacío, el infinito, lo eterno y la subjetividad absoluta, no son una prescripción analítica de cómo deberían ser las cosas, sino una descripción metafórica del estado de la situación ya existente. Nuestro propio estado de conciencia, en su situación actual, en este mismo instante, es siempre idéntico al definitivo, ya que, como hemos visto, en este momento somos incapaces de hallar un sujeto independiente que se separe de la realidad, o un tiempo cualquiera en el que dicha separación pueda tener lugar. Seamos o no conscientes de ello, eso no altera el hecho de nuestra identidad suprema y, por consiguiente, el problema no radica en elaborar dicha realidad en algún tiempo futuro, sino en comprenderla como hecho presente.

Resumiendo, existe «dentro» de nosotros mismos algo que conoce, el testigo, la subjetividad absoluta, que no es sino la Mente, la propia cabeza divina. Pero esta subjetividad absoluta no es el sujeto independiente que habitualmente conocemos y creemos ser, ya que dicha sensación de sujeto independiente es una mera ilusión, como lo demuestra el hecho de

que cuando intentamos hallar dicho sujeto, lo único que encontramos son objetos de percepción. Así pues, el verdadero conocedor es uno con el universo del conocimiento; todo lo que uno observa no es más que uno mismo observándolo. Cuando uno profundiza hasta la propia base de su conciencia, se encuentra con el universo; no el falso universo de objetos exteriores, sino el universo real que uno ya no imagina dividido entre sujeto y objeto. En lo más hondo de uno mismo, uno cae de sí mismo a la realidad. Como dijo Monoimus, «si investigas meticulosamente esas cosas, hallarás a Dios en ti mismo, uno y muchos; encontrando así en ti mismo una forma de salir de ti mismo».

Al caer en el mundo real, donde el observador es lo observado, es evidente que uno y el universo no son, nunca han sido ni jamás serán entidades independientes. «Así pues —repitiendo las palabras de Schroedinger, con la seguridad de que deben tomarse literalmente—, uno puede arrojarse al suelo, extenderse sobre la madre tierra, con la convicción certera de que es uno con ella y ella con uno.» En otras palabras, el *espacio* entre uno como sujeto observador «aquí» y los objetos observados «allí» está ausente en la subjetividad absoluta, y lo que es inespacial es infinito. Asimismo, el *tiempo* entre el pasado y el futuro simplemente no se encuentra en la subjetividad absoluta, ya que no existe otro tiempo más que ahora, y lo que es atemporal es eterno. Resumiendo, la subjetividad absoluta conoce su universo simultáneamente y no en una secuencia denominada «tiempo», ni a través de una distancia llamada «espacio». *Y* éste es el estado de las cosas en la actualidad, seamos o no conscientes de ello. Ésta es la razón por la que los budistas afirman que la Mente es «inalcanzable», ya que uno no puede alcanzar lo que ya posee, al igual que no puede adquirir sus propios pies.

Sin embargo, la mayoría de nosotros no nos damos cuenta de ello. Hemos olvidado la Mente, y hemos olvidado que la hemos olvidado. Por consiguiente, debemos emprender un profundo viaje, no de retroceso en el tiempo, sino penetrando en el presente, para *re*memorar, *re*coger, *re*conocer y *re*cor-

dar qué y cómo somos en realidad. Seguiremos la generación del espectro de la conciencia desde su eterno campo en sólo Mente, donde ya somos uno con la infinitud, hasta llegar al punto en que nos creemos en realidad egos ajenos e independientes, desvinculados de un cuerpo, pero atrapados en el mismo. Entonces comenzaremos lo que, desde nuestra perspectiva actual, debe parecernos un descenso largo y laborioso de regreso a la Mente, curando los dualismos que oscurecen nuestra suprema identidad, para acabar descubriendo que nunca habían existido. Comprenderemos que el viaje ha sido innecesario, pero quizás inevitable, y por tanto el único consejo que podemos hacer nuestro es:

> Un momento sin duración, un punto sin extensión; he ahí los medios dorados y el inconcebible camino recto que nos saca del tiempo y nos introduce en la eternidad, y nos lleva de la muerte a la inmortalidad.[42]

# 5. EVOLUCIÓN DEL ESPECTRO

Con esta comprensión, estamos ahora en condiciones de describir la generación del espectro de la conciencia «a partir de» la subjetividad absoluta, infinita y eterna, a partir de la Mente vacía, a partir de Brahma, a partir de la cabeza divina. A lo largo de esta obra hemos hablado, de un modo bastante azaroso, de la creación de ilusiones dualistas que parecen ofuscar la realidad. Lo que nos proponemos ahora es describir paso a paso los principales dualismos desde una perspectiva histórica, *como si* se tratara de un proceso evolutivo que se desarrollara en el tiempo, pero sin olvidar que, en realidad, dicha evolución tiene lugar en el momento presente y no en el pasado. A fin de que el relato sea coherente, hemos elegido cierto «indicativo» dualista, a saber, el nivel de identificación. Una breve visión superficial de la evolución del espectro de la conciencia aclarará este concepto.

En realidad, existe sólo Mente, «todo inclusive», no dual, el terreno atemporal de todo fenómeno temporal, «fusión sin confusión», una realidad «sin dualismo pero no sin relaciones». En esta «etapa» nos identificamos con dicho todo, somos uno con la energía básica del universo. Esto es lo que en otra parte del libro hemos denominado primer nivel de la conciencia, el nivel de la Mente. Pero a través del proceso de *maya*, del pensamiento dualista, introducimos dualidades o divisiones ilusorias, «creando dos mundos a partir de uno solo». Dichas divisiones no son reales, sino sólo aparentes, pero el hombre actúa en todos los sentidos *como si* fueran reales y, víctima de dicho engaño, se aferra a su dualismo original y primigenio, el del sujeto frente al objeto, el yo frente al no yo, o simplemente el organismo frente al medio ambiente. Éste es el punto en el que el hombre abandona su identi-

dad cósmica con el todo, para adoptar una identidad personal con su organismo y generar así el segundo nivel principal de la conciencia, el nivel existencial: el hombre identificado con su organismo.

La fragmentación a través de la dualidad prosigue como una espiral ascendente, de modo que la mayoría de los individuos no se sienten siquiera identificados con la totalidad de su organismo; no decimos «soy un cuerpo» sino «*tengo* un cuerpo», y al sujeto que «tiene» dicho cuerpo lo denominamos nuestro yo, nuestro ego. En este punto, la identificación del hombre se desplaza del conjunto de su organismo a su ego, generando así el tercer nivel principal de la conciencia: nivel egoico. Prosiguiendo con dicha espiral dualista, el hombre puede incluso intentar desentenderse de facetas indeseables de su propio ego, negándose a admitir en su conciencia los aspectos desagradables de sí mismo. La identidad del individuo se desplaza una vez más, en esta ocasión a *ciertas* facetas de su ego, generando el próximo nivel del espectro, que denominamos la sombra.

He ahí la evolución del espectro de la conciencia. Metafóricamente, cada nivel del espectro representa la aparente identificación de la subjetividad absoluta con un conjunto de objetos desvinculados de todos los demás y, *en cada nuevo nivel del espectro, dicha identificación se hace más estrecha y exclusiva*. Evidentemente, el propio espectro contiene una enorme cantidad de bandas y niveles, pero hemos señalado los seis principales por ser fácilmente reconocibles, como aclararemos a continuación. Ofreceremos ahora una explicación más detallada de la generación de dichos niveles de la conciencia, así como una descripción meticulosa aunque preliminar de cada uno de ellos.

Esto será, en otras palabras, un estudio de lo que los hindúes y los budistas denominan *maya*, un estudio de las distinciones «superpuestas» a la realidad, que aparentemente generan fenómenos. Para ello nos será útil recordar la naturaleza general del propio *maya*, es decir, la «magia» o «arte» por medio del cual «creamos dos mundos de uno solo», ese proceso

dualista auténticamente *creativo* aunque *ilusorio*, no real sino «imaginario», una manifestación ficticia de lo absoluto con la *apariencia* de la totalidad de los fenómenos. *Maya* es el poder creativo de la cabeza divina, que se vierte o refleja en todas las cosas y de ese modo las *crea*, el poder de la subjetividad absoluta para adoptar una apariencia objetiva. En realidad, la cabeza divina permanece vacía, pero se presenta o manifiesta sólo como objetos. Este poder de apariencia/creación fenoménica es lo que se denomina *maya*.

En este sentido, la propia palabra *maya*, que suele traducirse por «ilusión», deriva de la raíz sánscrita *ma*, de la que a su vez proceden palabras tales como madre, materia y medida, por lo que el «mundo de maya» es simplemente el «mundo mensurable», es decir, el de los mapas mentales y puramente simbólicos que dividen y miden convencionalmente el universo. Asimismo, el «mundo de maya» es a su vez el «mundo de la materia», ya que, como hemos visto, las cosas materiales no son más que un producto de nuestro proceso mental de medir y dividir. Dado que toda medición no es más que una abstracción y, como tal, una omisión de parte de la verdad, el mundo de materia y medición, si se confunde con las realidades definitivas, es en efecto un mundo ilusorio. La clave, por consiguiente, consiste en no confundir el mundo como es con el mundo que medimos en términos de espacio, tiempo, objetos, clases, delineaciones, fronteras, límites, particularidades, características universales, individuales, generales, o cualquier género de categorías, por la simple razón de que toda medida es producto del pensamiento y no de la realidad; así como, por ejemplo, la madera no está realmente compuesta de centímetros, sino que convencional y mentalmente nos limitamos a medirla o dividirla en unidades arbitrarias que denominamos «centímetros». Asimismo, el mundo no está realmente compuesto de cosas independientes distribuidas por el espacio y que se suceden en el tiempo, a no ser que se observen a través de la ilusión mágica de *maya* o medición. No comprender este truco equivale a condenarse a uno mismo a la frustración perpetua de intentar coleccionar «centímetros» y guardarlos en una caja.

Por consiguiente, en todos estos sentidos define Coomaraswamy *maya* como «la medición materna y medio esencial de manifestación de un mundo de apariencias cuantitativo, y en este sentido "material", cuyo efecto es el de iluminar o engañar según el nivel de nuestra propia madurez».[1] Así pues, la medición es la base de la materia, o *maya*: el nacimiento del mundo aparente de cosas independientes que se extienden por el espacio y por el tiempo, con el hombre como «medida de todas las cosas».

El caso es que no podemos ofrecer razón alguna para la emergencia de *maya*, ya que la propia razón está incluida en *maya* y por consiguiente no puede justificarlo. En otras palabras, los «actos» de la cabeza divina carecen de meta u objetivo, esfuerzo o voluntad, causa o efecto, ya que todo ello supone un objetivo futuro y Dios no conoce el futuro ni el pasado, sino sólo un ahora eterno. Lo único que podemos hacer, de un modo un tanto poético, es describir el mundo de *maya*, de modo que al descubrir nuestro propio engaño podamos despertar de nuestro embeleso. A este fin examinaremos ahora ampliamente distintas versiones del «comienzo» de *maya* —no las razones, sino las descripciones de dicho «comienzo»—, lo que equivale, evidentemente, al comienzo del espectro de la conciencia. Empezaremos con una versión matemática y concluiremos con una versión psicoanalítica, entendiendo, sin embargo, que a nuestro parecer todas hacen referencia esencialmente al mismo proceso.

En el párrafo inicial de *Las leyes de la forma*, el brillante matemático G. Spencer Brown declara:

> El argumento de este libro es que el universo *comienza a existir cuando el espacio se fractura o desmenuza*. La piel de un organismo vivo separa un fuera de un dentro. Lo mismo ocurre con la circunferencia de un círculo en un plano. Examinando la forma en que representamos dicha partición, podemos empezar a reconstruir, con una precisión y amplitud que parece inaudita, las formas básicas subyacentes en las ciencias lingüística, matemática, física y biológica, y podemos empezar a comprender cómo las leyes familiares de nuestra propia experiencia emanan inexorablemente del *acto inicial de partición*.[2]

Es precisamente dicho *acto inicial de partición que crea el universo fenoménico* lo que ahora nos concierne, ese primer paso por medio del cual «dividimos el espacio», creando dos mundos de uno solo, y que nos conduce de lleno a un mundo de apariencias. *Este acto inicial de partición es lo que denominaremos dualismo primario*. Desde un punto de vista epistemológico, consiste en separar al conocedor de lo conocido, para la ontología significa separar lo infinito de lo finito, en teología es el pecado original y, en términos generales, nos referimos a ello como separación ilusoria entre sujeto y objeto. En relación con dicho dualismo primario, G. Spencer Brown afirma:

> El acto en sí ya se recuerda, aunque inconscientemente, como nuestro primer intento de distinguir cosas en un mundo donde inicialmente los límites pueden colocarse en el lugar que a uno se le antoje. A este nivel somos incapaces de diferenciar el universo de nuestra forma de actuar en el mismo y el mundo puede parecer arenas movedizas bajo nuestros pies.[3]

Éste es el territorio no dual que precede a la introducción convencional de límites conocidos como mapas y símbolos. Sin embargo, la mayoría nos perdemos hasta tal punto en los mapas que el territorio permanece oculto para nosotros. De ahí que Brown comente:

> El hecho de que las matemáticas, así como otras formas del arte, puedan llevarnos más allá de la existencia ordinaria y nos muestren ciertos aspectos de la estructura en la que toda la creación permanece unida, no es nada nuevo. Pero los textos matemáticos suelen tomar el hilo de la historia a medio camino, dejando que el lector se las apañe como pueda. En este caso empezamos por el principio.[4]

A continuación Brown demuestra que el principio de las matemáticas, así como el de la física y la filosofía, la lingüística y la biología, y en realidad el del propio universo, puede deducirse claramente del *acto original*, que define como:

> Hágase la distinción.

En sus propias palabras, «hemos alcanzado un nivel tan primitivo que el activo y el pasivo, así como muchos otros opuestos periféricos se han condensado sobradamente entre sí».[5] Nos encontramos aquí en el nivel de la Mente, de la pura no dualidad, de la coincidencia de términos opuestos, de la realidad atemporal e inespacial. Sin ninguna razón aparente, puesto que aquí no existe la razón propiamente dicha, tiene lugar un dualismo —«hágase la distinción»— y a partir de dicho dualismo primario emergen, según Brown, diversos «alejamientos del vacío», entre los que destaca los cuatro siguientes: vacío a forma, forma a indicación, indicación a verdad, y verdad a existencia. Hablando de este proceso general, declara que «a partir del estado central de la forma, avanzamos hacia afuera e imaginariamente en dirección a la condición periférica de la existencia...».[6] Ahora bien, lo que Brown llama «*avanzar hacia fuera e imaginariamente*» es lo que nosotros hemos denominado *objetivación a través de la conceptualización*. En otras palabras, Brown describe matemáticamente la generación del espectro de la conciencia y cada uno de sus «alejamientos del vacío» puede ser interpretado como una franja distinta del espectro, desde el nivel de la Mente hasta el nivel existencial, teniendo evidentemente en cuenta que su generación depende del dualismo primario. Sin embargo, lo único que nos importa en este momento es el hecho de que «el universo comienza a existir cuando un espacio se parte o desmenuza» y este acto original de partición —«hágase la distinción»— es lo que denominamos dualismo primario.

Pasemos ahora a comparar la versión matemática de Brown del dualismo primario con la que nos ofrece el budismo Mahayana, especialmente en dos de sus textos más doctos, el *Lankavatara Sutra* y el *Despertar de la fe*. En un famoso fragmento del *Despertar de la fe*, Asvaghosha afirma:

> La mente, aunque pura desde el principio en su propia naturaleza, va acompañada de la ignorancia. Al estar contaminada por la ignorancia, emerge (un estado o nivel de) mente contaminada. Pero,

aunque esté contaminada, la mente en sí es eterna e inmutable. Sólo los iluminados son capaces de comprenderlo.

Lo que denominamos naturaleza esencial de la mente está siempre más allá del pensamiento. Por consiguiente, se define como «inmutable». Cuando todavía no se ha asimilado el mundo de la realidad, la mente parece mutable y no en perfecta unidad. *De pronto, emerge un pensamiento; esto se denomina ignorancia.*[7]

Ignorancia (*avidya*), en el sentido budista e hinduista, significa «desconocimiento» de la realidad; no tiene nada que ver con ser culto o analfabeto, estúpido o inteligente. En palabras que Ramana Maharashi, «el analfabetismo es ignorancia y la educación es ignorancia aprendida. Ambos ignoran el verdadero objetivo». El «verdadero objetivo» es el modo no dual de conocer, mientras que el ser o no analfabeto está relacionado con el modo dualista y simbólico de conocimiento. La ignorancia, en otras palabras, es el desconocimiento del modo no dual y no conceptual de conocer, que revelaría inmediatamente que el universo es sólo Mente. Es, por consiguiente, la ignorancia de sólo Mente lo que crea literalmente el universo convencional de cosas independientes, distribuidas por el espacio y que se suceden en el tiempo; y dado que el instrumento principal de la ignorancia es el pensamiento, éste es a fin de cuentas responsable de la aparente existencia del universo convencional.

La palabra «pensamiento», en la forma en que la usa Asvaghosha, no se refiere al proceso de pleno desarrollo de la intelección lógica que utilizamos, por ejemplo, para resolver un problema matemático, sino más bien a la raíz del proceso donde se crean distinciones y dualismos. En este sentido, los poderes superiores de intelección abstracta se elaboran a partir del centro de dicho proceso creador de distinciones, de ese acto primigenio de partición, y a esa tendencia dualista central es a lo que se denomina «pensamiento». Así pues, cuando Asvaghosha dice que «de pronto aparece un pensamiento», se refiere al dualismo primario que Brown describe como «hágase la distinción». Pensamiento, conceptualización, racionalización, distinciones, dualismos, medidas, o conocimiento del

mapa simbólico, no son más que distintas formas de denominar ese *maya* mediante el cual dividimos aparentemente la unidad en muchas partes, generando el espectro de la conciencia.

Puede que esto quede más claro si examinamos las enseñanzas del *Lankavatara Sutra*. A lo largo de dicho texto fundamental, encontramos párrafos como el siguiente:

> Es como una imagen reflejada en un espejo, se ve pero no es real; la Mente única la ve como dualidad el ignorante cuando se refleja en el espejo construido por su memoria... La existencia del conjunto del universo se debe a la memoria acumulada desde el pasado remoto, pero erróneamente interpretada.[8]

Según el *Lankavatara*, la «existencia del conjunto del universo emerge cuando la Mente única es reflejada por la memoria erróneamente interpretada. Dicho «reflejo» crea «dos mundos de uno solo» y nos impulsa así al mundo conceptual del espacio, el tiempo y los objetos.

Para comprender este proceso del «reflejo de la memoria erróneamente interpretada» sólo es preciso recordar que la génesis del tiempo comprende el hecho de confundir la memoria presente con el conocimiento real del «pasado». Sólo a través de esta «memoria erróneamente interpretada» creamos la convincente ilusión de que conocemos el pasado y, a continuación, proyectando a la expectativa dicho «conocimiento», creamos el tiempo futuro, cuando en realidad toda memoria y expectativa, y por consiguiente la totalidad del tiempo, no existe más que en *este* momento presente.[9] Así es como, a partir de este momento, elaboramos artificiosamente la ilusión fantástica denominada «tiempo». Y dado que el «tiempo» no es más que otra forma de denominar el espacio y los objetos (ya que espacio/tiempo/objetos constituye un continuo único), el *Lankavatara* afirma que la totalidad del universo de objetos independientes distribuidos por el espacio y que se suceden en el tiempo es en realidad un producto del pensamiento/memoria[10] erróneamente interpretado, que «re-

fleja» la Mente única y al hacerlo la «divide» aparentemente, al igual que el espejo crea dos mundos aparentes a partir de uno solo.

En este sentido, es interesante tener en cuenta que, según el *Lankavatara*, nuestra «interpretación errónea de la memoria» se debe primordialmente al hecho de separar el sujeto del objeto. El agente psicológico que introduce el dualismo sujeto/objeto recibe en el budismo el nombre de *manas*, y se dice que:

> La función del Manas es esencialmente la de reflejar (en la Mente) creando y discriminando sujeto y objeto a partir de la unicidad pura (de la Mente). La memoria acumulada se divide ahora en toda clase y en múltiples formas de dualismos.[11]

Así pues, el *Lankavatara* afirma que el universo convencional de cosas distribuidas por el tiempo y el espacio es a fin de cuentas consecuencia de la distinción primordial entre sujeto y objeto: la división del mundo real en un estado que ve y otro que es visto.

En este sentido, el Vedanta está perfectamente de acuerdo. En pocas palabras, para el Vedanta, *maya* es «toda experiencia constituida por la distinción entre sujeto y objeto, y que emana de la misma».[12] Así pues, para dicha doctrina, así como para el budismo Mahayana en general, el dualismo primario es la separación ilusoria del sujeto y del objeto.

Para proseguir con este estudio, podemos examinar ciertas *descripciones mitológicas del dualismo primario*, como las de la autología hindú y la teología cristiana. Para la versión hindú, acudimos de nuevo al fabuloso Ananda Coomaraswamy:

> En este eterno principio está sólo la identidad suprema de «ese uno» (*tad ekam*) [es decir, la Mente], sin diferenciación entre ser y no ser, luz y oscuridad, o cielo y tierra. El todo está por el presente encerrado en el primer principio, que cabe denominar persona, progenitor, montaña, árbol, dragón o serpiente sin fin.[13]

Entonces, que es ahora, en este eterno principio tiene lugar la pasión:

> La pasión es a la vez agotamiento y desmembración. La serpiente sin fin, que mientras fue una la abundancia permaneció invencible, está *desarticulada* y *desmembrada* como un árbol cortado en troncos para el fuego... De este gran ser, como el humo de una hoguera húmeda, emanan las escrituras, el sacrificio, estos mundos y todos los seres... El progenitor, cuyas criaturas son como piedras dormidas e inanimadas, clama «dejadme entrar en las mismas para despertarlas»; pero no puede hacerlo mientras siga siendo uno y, por consiguiente, *se divide*...[14]

Acerca de esta pasión, esta desmembración, este agotamiento («vaciarse»), esta división de Brahma, Coomaraswamy declara:

> Tanto si lo llamamos persona, como sacerdocio, como *magna mater*, como si le otorgamos cualquier otro nombre gramaticalmente masculino, femenino o neutro, «eso» de lo cual nuestros poderes son medida es una sicigia (*sycygy*) de principios asociados, sin composición ni dualidad. Dichos principios asociados... sólo se convierten en términos opuestos al descender del nivel silencioso de la no dualidad, para hablar en términos de sujeto y objeto, y reconocer las múltiples existencias independientes e individuales que el todo o universo presenta a nuestros órganos físicos de percepción. Y dado que dicha totalidad finita sólo puede separarse lógicamente, pero no en realidad, de su fuente infinita, «ese uno» puede también recibir el nombre de «multiplicidad integral»y «luz omniforme».[15]

Este «descenso de la no dualidad al... sujeto y objeto» es a lo que en mitología se hace referencia como desmembración, ya que sugiere la amputación o desmembración figurativa de Brahma en mundos opuestos y es en dicha desmembración —que no es más que la descripción hindú del dualismo primario— en la que un universo de «cosas independientes» adquiere su existencia temporal y espacial.

> Existe por consiguiente una multiplicación incesante del inagotable uno y una unificación de la multiplicidad indefinida. Así son los

> principios y los fines de los mundos y de los seres individuales: *ampliados desde un punto sin posición ni dimensiones y un ahora sin fecha ni duración*.[16]

En la teología cristiana encontramos un sistema igualmente sofisticado de imágenes mitopoéticas, diseñado para ofrecerle a nuestro intelecto finito alguna indicación del inefable infinito. Muchos cristianos se inquietan palpablemente cuando se trata de la virginidad de la Inmaculada, de la resurrección y del pecado original como hechos mitológicos. Pero no tienen por qué inquietarse, ya que la mitología no es un conjunto de relatos completamente desvinculados de la realidad, sino más bien —como hemos señalado— una de las tres formas de hablar *acerca de* esa realidad sobre la que en efecto nada puede decirse. El mito es una modalidad del enfoque analógico de lo absoluto y representa el revestimiento del infinito en términos positivos, metafóricos y finitos. Puesto que nada puede afirmarse acerca de la realidad, la mitología supone una poderosa analogía, a decir verdad tan poderosa que un famoso filósofo comentó que «los mitos encierran el enfoque más próximo a la verdad absoluta de que las palabras son capaces».[17] En la medida en que lleguemos a formar cualquier concepto mental positivo de Dios, *dicho concepto debe ser un mito*, ya que, en palabras del propio san Agustín, «si alguien al ver a Dios concibe algo en su mente, *esto no es Dios*, sino uno de sus efectos». No podemos pensar en Dios porque él es quien piensa, y si lo intentamos sólo veremos conceptos y objetos, pero nunca al propio Dios. Sin embargo, si debemos insistir en el intento de formar imágenes de lo inimaginable, los mitos se convierten en un instrumento importante, siempre y cuando no confundamos el mito con la realidad. Por consiguiente, podemos examinar la mitología cristiana intentando adivinar el *significado* de los símbolos mitopoéticos y olvidar por el momento si los sucesos míticos en cuestión corresponden a una realidad histórica. Éste ha sido el enfoque adoptado por los más ilustres padres de la iglesia, desde san Clemente hasta santo Tomás, pasando por san Agustín, y es también el nuestro.

> En el principio Dios creó el cielo y la tierra. Y la tierra no tenía forma y estaba desierta; y reinaba la oscuridad en la superficie de las profundidades. Y el espíritu de Dios se movía por la superficie de las aguas. (Génesis 1:1-2.)

Ahora bien, esto no es la descripción de un hecho histórico, ya que «en el principio» no significa *en* el tiempo, sino eterno y *más allá* de la dimensión temporal. Por consiguiente, tendremos que profundizar un poco más en busca de su significado; para hacerlo, nos bastará con recurrir al lenguaje universal de la mitología. Recordemos que en la mitología hindú, «antes» de la desmembración, Dios es una «sicigia de principios asociados». Prosigamos ahora con la historia:

> Los principios asociados, por ejemplo, el cielo y la tierra, el sol y la luna, o el hombre y la mujer, eran originalmente uno. Ontológicamente, la conjugación es una operación vital, generadora de un tercero a imagen del primero y con la naturaleza del segundo.[18]

Esto es igualmente cierto en la mitología cristiana, ya que en las narraciones teológicas toda creación procede de la conjugación del espíritu masculino y el agua femenina,[19] como vemos a continuación:

> En el principio concibió el espíritu, las aguas dieron a luz, y el mundo que nació de su conjugación fue la primera imagen material del mundo, de Dios hijo, del Verbo que constituía la pauta ideal que moldearía la creación.[20]

Ahora bien, el Verbo es simplemente palabra y pensamiento,[21] esa fuerza primordial del dualismo, el separador supremo que «separó la luz de la oscuridad» (Génesis 1:4) y «separó las aguas de las aguas» (Génesis 1:6) y «separó el día de la noche» (Génesis 1:14); asimismo, en Proverbios (8:27) vemos que «cuando preparó los cielos, yo estaba allí; cuando decretó un círculo sobre la faz de la profundidad acuosa». El círculo indica la medición y división, la desmembración por medio de la cual la cabeza divina «se divide invisiblemente»

en toda la creación. Y esta medición es precisamente *maya* —desde un punto de vista etimológico semejante a las palabras medición, metro, matriz, materia y madre—, que explica la creación del mundo a partir de la materia prima y la materia virgen, así como el nacimiento cristiano de la madre virgen; materia, madre, maya: la creación por medición y distinciones llevada a cabo por el supremo separador hijo de Dios.

En el microcosmos del primer hombre se repite la historia, ya que cuando Adán queda sumido en un profundo sueño, se divide en varón y hembra, cuando hasta entonces había sido hermafrodita. El significado es estrictamente mitológico:

> En mitología, varón y hembra... significan dualidad más que sexualidad, y el pecado original supone la subordinación de la mente humana a la condición dualista en pensamiento y sentimiento; irresoluble conflicto entre el bien y el mal, el placer y el dolor, la vida y la muerte.[22]

La división de Adán en varón y hembra hizo posible el pecado original, que tuvo lugar precisamente en el momento en que la humanidad, comprendida en la primera pareja, comió la fruta del árbol del conocimiento, conocimiento del bien y del mal; y de lo que no cabe duda alguna es de que *dicho conocimiento* es dualista. El hombre cae en el dualismo y, así, «de pronto emerge un pensamiento; esto se llama ignorancia»; de ahí que se diga que «de pronto emerge el conocimiento dualista; esto es lo que denominamos el pecado original».

Los estudiantes modernos del pecado original son, en general, los psicólogos y los psiquiatras y, a pesar de que utilizan un lenguaje mucho más sofisticado, lo que cuentan esencialmente no es más que otra variación de la generación de dualismos:

> En el pecho de la madre, en lenguaje freudiano, el niño experimenta esa condición primaria, en lo sucesivo permanentemente idealizada, «en la cual el objeto/libido no se puede distinguir del ego/libido»; en lenguaje filosófico, el dualismo sujeto/objeto no corrompe la

> bienaventurada experiencia del niño en el pecho de su madre... La experiencia primaria de la infancia, según Freud, se idealiza porque está libre de todo dualismo... El psicoanálisis propone la sugerencia escatológica de que la humanidad no abandonará su enfermedad y su descontento hasta que logre eliminar todos los dualismos.[23]

Recurriremos abundantemente a las introspecciones psicoanalíticas cuando hablemos de los dualismos que emergen *dentro* del yo (sujeto) *después* de haberse separado del otro (objeto), pero de momento nos limitaremos a tener en cuenta que, para el psicoanálisis, el dualismo primario aparece cuando emerge la distinción del yo frente al otro, de modo que, en palabras de Freud, «la sensación del ego de la que ahora somos conscientes no es más que un reducido vestigio de una sensación mucho más amplia, sensación que abarcaba el universo y expresaba un vínculo inseparable del ego con el mundo exterior».

A lo largo de este estudio nos hemos concentrado en el movimiento «inicial» de la Mente hacia el mundo de los fenómenos y, puesto que hemos hablado de *maya* desde diversos ángulos, puede que merezca la pena resumir los aspectos esenciales de dicho proceso. *Un universo de elementos particulares temporales y espaciales se crea a partir del acto original de partición*, que hemos denominado dualismo primario. Dicha partición no es, sin embargo, un hecho histórico; no se trata en este caso de una *primera causa*, sino de un «comienzo permanente», un suceso que ocurre ahora y siempre, sin causa, motivación ni propósito (el «de pronto» de Asvaghosha significa «espontáneamente»[24]); una partición que crea el espacio y el tiempo, y que está por consiguiente por encima de ambos. Esta partición recibe alternativamente los nombres de autorreflejo, desmembración, creación de la palabra y pensamiento del Verbo, manifestación, proyección, reflejo de la Mente por la memoria erróneamente interpretada, arte, juego, magia, ilusión, entre muchos otros. Todos ellos hacen referencia al proceso creativo, aunque ilusorio, a través del cual medimos «dos mundos de uno solo», convirtiendo aparente-

mente la realidad en «distinta de sí misma y por consiguiente falsa para sí misma». Y este proceso de desmembración está íntimamente vinculado a nuestra forma de conocer simbólica y dualista, de modo que el acto primario, la partición original, el dualismo primario se repite en este mismo instante al utilizar esta forma de conocimiento dualista; «y éste es el pecado original de los dioses, en el que todos los hombres participan por el mero hecho de su existencia independiente y su forma de conocer en términos de sujeto y objeto, el bien y el mal, debido a lo cual el hombre exterior queda excluido de participar directamente en "lo que los brahmanes entienden como soma". La forma de nuestro "conocimiento", o mejor dicho "ignorancia", le desmembra a diario...».[25]

Muchos son los nombres que se les pueden otorgar a las «dos mitades» de dicho dualismo primario: sujeto y objeto, varón y hembra, dentro y fuera, cielo y tierra, algo y nada, sol y luna, yin y yang, fuego y agua, yo y otro, ego/libido y objeto/libido, organismo y medio ambiente. Los términos más útiles, desde el punto de vista de la identificación, son sujeto y objeto, yo y otro, o simplemente organismo y medio ambiente, ya que a raíz del dualismo primario el hombre se halla exclusivamente identificado con su organismo, en contra del medio ambiente, olvidando por completo que ha sido él mismo quien ha impuesto esa limitación ilusoria y es a partir de dicha limitación, como veremos, como aspira a su liberación:

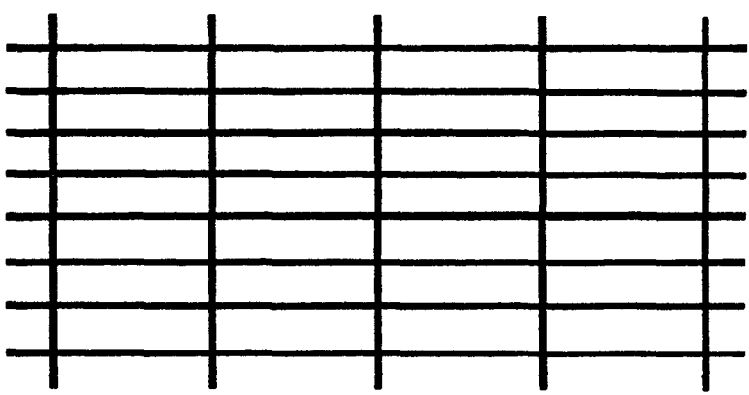
> En verdad no hay razón para que te sientas mísero e infeliz. Tú mismo impones limitaciones en tu auténtica naturaleza de ser infinito y entonces lloras porque eres una criatura finita. Por consiguiente, te digo que sepas que eres en realidad el ser puro e infinito, el yo absoluto. Tú eres siempre dicho yo y nada más que dicho yo. Por tanto, nunca puedes ignorar realmente al yo; tu ignorancia es sólo una ignorancia de forma.[26]

No obstante, imaginemos que el dualismo primario es real y da comienzo a la generación del espectro de la conciencia.

Para comprender mejor este dualismo primario y su poder

creativo de *maya*, puede sernos útil una simple ilustración. Permitamos que el espacio en blanco que hay a continuación represente la Mente o el vacío no dual:

Este espacio en blanco no significa que la Mente sea una nada sin características; es una simple representación del hecho de que la realidad es no conceptual, no dual, no objetiva, etcétera. Permítasenos ahora superponer la conceptualización a dicho vacío, colocando una cuadrícula «sobre» el mismo, como sigue:

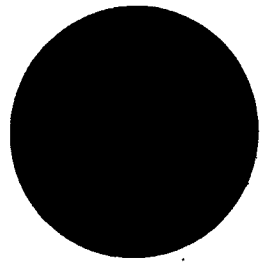


Sobre la «blancura» del vacío hemos trazado numerosas *distinciones*, representadas por las intersecciones de la cuadrícula. Así pues, esta cuadrícula representa al Verbo, palabra y pensamiento, elaboración simbólica, superposición, desmembración, *maya*, dualismo, medición, conceptualización, mapas: todo lo implícito en la palabra «pensamiento», ya que mediante el pensamiento, el modo dualista de conocer, elaboramos dichas distinciones y «lo desmembramos a diario».

Pero fijémonos en lo ocurrido. La «unidad» (propiamente, la «no dualidad») sobre la que se ha impuesto la cuadrícula ya no es directamente visible, ha quedado parcialmente oculta; las distinciones de la cuadrícula han «dividido» la unidad subyacente y dicha unidad se convierte así en circunspecta, implícita, inexpresa y, por consiguiente, *reprimida*. Esta unidad subyacente *aparece* o *se manifiesta* o *se proyecta* ahora como un mundo de objetos «separados» a lo largo del espacio y del tiempo. En la figura, dichos «objetos» están representados por los cuadros de la cuadrícula, cada uno de los cuales está dotado de unas fronteras o distinciones que lo separan de todas las demás «cosas cuadradas». La unidad subyacente, en otras palabras, está ahora *proyectada* como una multiplicidad de «cosas» independientes. Así el dualismo, en cuanto olvidamos su «territorio subyacente» de no dualidad, *reprime* dicha no dualidad y la *proyecta* como multiplicidad. Dualismo/represión/proyección: he ahí el triple proceso de *maya*. Y *éste* es el proceso del que nos ocuparemos.

Ahora bien, la cuadrícula que hemos dibujado representa *numerosas* distinciones y, por consiguiente, a fin de aclarar el sutil proceso de dualismo/represión/proyección (maya), aislaremos *una* sola distinción y demostraremos detalladamente cómo opera dicho proceso. Para empezar, dibujaremos una «cosa», un «disco», aislado del resto de la página por *una* distinción, a saber, su propia circunferencia. (Véase p. 149.)

Dualidad significa «dividir en dos» y esto parece ser exactamente lo que la distinción o frontera anterior ha logrado; dividir el papel en «dos» partes: la figura del disco en contraste con el resto de la página. De ese modo, probablemente, imagi-



no que puedo ver con toda claridad esa «cosa» denominada «disco». Esto, sin embargo, es una mera ilusión, puro malabarismo mental, ya que en ningún momento soy realmente consciente de ese «disco/cosa» como algo independiente; lo que realmente veo, a decir verdad, es la totalidad o gestalt del campo visual de la figura más el fondo, el disco y la página (y sin duda parte del área circundante). ¡Mi ojo no se limita a ver un «disco», sino un disco y una página!

En otras palabras, las dos «cosas», el disco y la página, no están tan separadas después de todo. Son «diferentes», pero *no* están separadas. Es decir, son correlativas entre sí e interdependientes; no son dos, no duales. Ciertamente existe la frontera del disco, pero en realidad no divide al mismo de la página. En palabras de G. S. Brown, ambas cosas están realmente unidas por su frontera común. Ineludiblemente, la percepción del «disco independiente» no es un descubrimiento sino una creación. Repitiendo las palabras de William James, «de lo que es en sí un continuo ensamblado e indistinguible, desprovisto de énfasis o distinción, nuestros sentidos elaboran para nosotros, *ocupándose* de este concepto e *ignorándolo*, un mundo lleno de contrastes, o acentos pronunciados, de bruscos cambios, de pintorescos contrastes luminosos».

Así, a través del poder de la atención selectiva y concentrada, que no es más que el proceso del pensamiento (primer modo de conocer), nos concentramos en el «disco» y lo aislamos, separándolo mentalmente de su fondo, ignorando por

completo la unidad de la gestalt, y a continuación imaginamos que ésa había sido en todo momento la situación. Al hacerlo, introducimos un dualismo que *reprime* la no dualidad del campo o gestalt y lo *proyecta* en forma del disco independiente de la página. Sin embargo, la visión separada, dual, es puramente ilusoria, como es evidente si intentamos ver el disco por sí mismo, sin ningún tipo de fondo. Asimismo, intentemos imaginar un fondo sin ninguna figura con la que contraste. Ineludiblemente, lo uno no puede existir sin lo otro; ambos están naturalmente unidos y separados sólo en el pensamiento.

Como podemos comprobar, todo dualismo va acompañado de una *represión* y de una *proyección*; el dualismo «divide» un proceso, *reprime* su carácter no dual o «unitario» y lo *proyecta* como dos términos opuestos aparentemente antagónicos, tales como la figura del disco en contraste con el fondo de la página. Por consiguiente, el dualismo primario es en realidad el dualismo/represión/proyección primario. «Hágase la distinción» y el concienciamiento no dual (subjetividad absoluta) se reprime, proyectándose a sí mismo como términos opuestos, sujeto frente a objeto, u organismo frente a medio ambiente. Este proceso general de dualismo/represión/proyección es importante, puesto que se repite varias veces en todos los niveles subsiguientes de la conciencia, generando en cada ocasión una nueva franja del espectro e incrementando la ignorancia del hombre de su suprema identidad.

Con el dualismo/represión/proyección primario «ascendemos», por así decirlo, desde el nivel mental al existencial, en el que el organismo se cree y siente claramente como separado por completo del medio ambiente. Cabe destacar que la gama que media entre el nivel mental y el existencial es la denominada transpersonal. Ahí se encuentra el inconsciente colectivo de Jung, la percepción extrasensorial, el testigo transpersonal, la proyección astral, las experiencias de descorporeización, la levitación, la psicofonía y otros fenómenos por el estilo. Es decir, tienen lugar en las gamas del espectro donde la frontera entre el yo y el otro no ha cristalizado por comple-

to. La existencia o no de dichos fenómenos no es de nuestra incumbencia, pero en el caso de que ocurran, lo hacen en la gama transpersonal. Más adelante hablaremos más detalladamente de dicha gama y de la enorme dificultad que supone su exploración, pero ahora proseguiremos con el nivel existencial, ya que se trata del primer nivel que podemos reconocer sin dificultad alguna.

El nivel existencial se genera con el dualismo/represión/proyección primario: la Mente se divide, su no dualidad se reprime, y a continuación se proyecta como organismo frente a medio ambiente, con la identidad del hombre centrada en su organismo como existente en el tiempo y en el espacio. Véase la figura 1. La identidad del hombre se desplaza del todo a su organismo. El pecado original del hombre comprende por consiguiente, no sólo el descenso de la no dualidad a la dualidad, sino de la eternidad al tiempo, de la infinitud al espacio, de la subjetividad absoluta a un mundo de sujetos y objetos, y de una identidad cósmica a otra personal. El actor, el actor único, común *en* y *para* todos nosotros, el hombre eterno de Blake, queda absorto en su papel, en su psicodrama, hasta el punto de olvidar deliberadamente el consejo de la filosofía, «has olvidado quién eres». Y así, con ejemplar ironía, se interpreta el drama humano en el furibundo escenario del *espacio* y del *tiempo*.

No olvidemos que, de un modo inmediato, esta separación del sujeto y del objeto *señala la creación del espacio: el propio dualismo primario crea el espacio*. La subjetividad absoluta carece de tamaño o de espacio y es, por consiguiente, infinita, pero con la emergencia del dualismo primario, el sujeto se separa ilusoriamente del objeto y esa separación, esa «brecha» entre observador y observado, no es sino el propio espacio. El hombre, al identificarse con su organismo como algo independiente de su medio ambiente, crea necesariamente la gigantesca ilusión del espacio, la brecha entre el hombre y su mundo.

Además, necesariamente vinculada a la creación del espacio, está evidentemente la creación del *tiempo*, ya que el es-

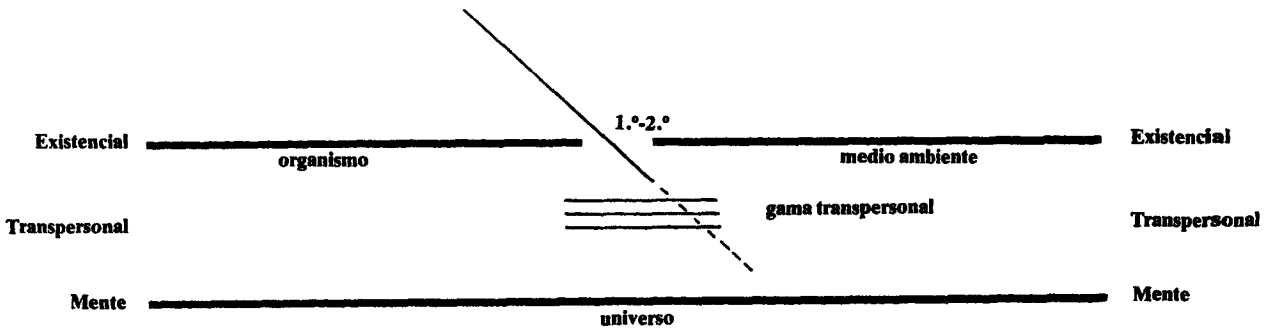

Existencial
organismo
1.°-2.°
medio ambiente
Existencial
Transpersonal
gama transpersonal
Transpersonal
Mente
universo
Mente

Figura 1

pacio y el tiempo forman un continuo interrelacionado. Después de examinar el *cómo* de la génesis del tiempo, hemos podido comprobar que ha sido creado como efecto secundario del modo memorístico lineal y serial del hombre de ver el mundo. Concentrémonos ahora en el *porqué* de la génesis del tiempo y comprobaremos que no es más que una forma de *eludir la muerte* por parte del hombre.

Es la emergencia del nivel existencial lo que da pie al infame debate sobre «ser o no ser». Puesto que en ese momento el hombre desvincula su organismo de su medio ambiente,

> de pronto es consciente de que *su* principio no es el principio del universo, de que hay cosas que existen independientemente de él y se da cuenta de ello al sufrir el contacto con el mundo de los obstáculos. *En ese momento aparece el miedo consciente de la muerte*, del peligro que el no yo representa para el yo.[27]

Dado que el hombre ha separado su organismo de su medio ambiente, identificándose a continuación exclusivamente con el primero, el problema de la existencia o inexistencia del organismo adquiere ahora una importancia fundamental. Así, *debido exclusivamente a que el organismo ha sido separado del medio ambiente por el dualismo primario*, se genera la *angustia* existencial: la ansiedad del ser frente a la nulidad, de la existencia frente a la inexistencia, de la vida frente a la muerte. El hombre no es capaz de aceptar, ni siquiera concebir la posibilidad de la aniquilación inmimente, de la extinción total que la muerte supone para él y por tanto, sin comprender que en realidad la vida y la muerte son una misma cosa, las separa para huir desesperadamente de una muerte imaginaria:

> La propia fórmula de Freud —«La meta de la vida es la muerte»— sugiere que a nivel biológico no existe conflicto alguno entre la vida y la muerte, sino que de algún modo son lo mismo. Es decir, son algún tipo de unidad dialéctica, como dijo Heráclito: «es lo mismo en nosotros lo que está vivo y lo que está muerto, lo despierto y lo dormido, lo joven y lo viejo; al invertirlo, lo primero se convierte en lo

> último y lo último en lo primero». Así llegamos a la idea de que la vida y la muerte forman algún tipo de unidad a nivel orgánico, aunque a nivel humano están separadas en términos opuestos y conflictivos... Es prerrogativa humana el haber llegado a separar la unidad indiferenciada o dialéctica de los instintos (de vida y muerte) a nivel animal. El hombre separa los términos opuestos, los enfrenta entre sí y, en palabras de Nietzsche, corta la vida con la propia vida.[28]

A la mayoría de los individuos les resulta sumamente difícil comprender que la vida y la muerte «no son dos», y la dificultad no radica en su complejidad, sino más bien en la sencillez; no es que sea demasiado complejo, sino más bien excesivamente simple para comprenderlo, por lo que se nos escapa en el mismo momento en que empezamos a pensar en ello. La vida se interpreta normalmente como algo que empieza con el nacimiento y acaba con la muerte, por lo que la vida y el nacimiento se enfrentan irreconciliablemente a la muerte. Pero, en realidad, la vida y la muerte, o hablando con mayor propiedad el nacimiento y la muerte, no son más que dos formas distintas de observar la realidad del momento actual. Como hemos visto, en el presente absoluto no existe el pasado y lo que no tiene pasado es algo que acaba de nacer. *El nacimiento es la condición de no tener pasado*. Asimismo, en el presente absoluto tampoco hay futuro y lo que no tiene futuro es algo que acaba de morir. *La muerte es la condición de no tener futuro*. Así pues, el momento presente, puesto que no tiene pasado, es recién nacido y, puesto que no tiene futuro, está simultáneamente muerto. Por consiguiente, el nacimiento y la muerte son simplemente dos formas de hablar del mismo momento atemporal, ilusoriamente separados sólo por aquellos «que son incapaces de escapar de la noción de sucesión temporal, a fin de ver todas las cosas en su simultaneidad». En resumen, el nacimiento y la muerte son uno en *este* momento atemporal.

Pero el hombre, al identificarse exclusivamente con su organismo e iniciar de ese modo el ilusorio debate entre el ser y la nulidad (ya que dicho debate es imposible cuando el orga-

nismo es uno con el medio ambiente), le resulta insoportable la perspectiva de que su meta pueda ser la aniquilación; es incapaz de aceptar lo que para él parece ser la muerte. Así, como consecuencia del dualismo primario, aparece el segundo dualismo/represión/proyección importante: *el hombre divide la unidad de la vida y la muerte, reprime dicha unidad, y la proyecta como la guerra de la vida contra la muerte.*

Sin embargo, al dividir y negar la unidad de la vida y la muerte, el hombre divide y niega simultáneamente la unidad del momento presente, ya que la vida, la muerte y el momento actual son todos uno. Y así se crea el *tiempo, ya que al negar la muerte el hombre se niega a no tener futuro y por consiguiente niega la realidad del momento sin futuro, el momento atemporal*; es incapaz de seguir existiendo en el ahora y debe hacerlo en el tiempo; deja de gozar de la vida de hoy, ya que tiene que vivir también mañana. En palabras de Emerson (en *Autodependencia*):

> Estas rosas que hay bajo mi ventana no guardan relación con rosas anteriores ni con rosas mejores; son lo que son; existen con Dios hoy. Para ellas no existe el tiempo. Existe simplemente la rosa, perfecta en cada momento de su existencia... Pero el hombre posterga o recuerda; no vive en el presente, sino que con mirada retrospectiva lamenta el pasado o bien, olvidando la riqueza que le rodea, se pone de puntillas para vislumbrar el futuro. No podrá ser feliz y fuerte hasta que viva también con la naturaleza en el presente, por encima del tiempo.

Pero éste es precisamente el problema, ya que vivir en el presente por encima del tiempo equivale a no tener futuro y no tener futuro es aceptar la muerte, que es algo de lo que el hombre no es capaz. No puede aceptar la muerte y por consiguiente tampoco puede vivir en el ahora; y al no vivir en el ahora, no vive en absoluto.

> Esta incapacidad de morir, priva a la humanidad, paradójica pero inevitablemente, de la realidad de la vida, que para todos los animales normales se da al mismo tiempo que la muerte; su consecuencia es la

> negación de la vida (represión). La incapacidad de aceptar la muerte otorga al instinto mórbido su forma característicamente humana y característicamente morbosa. La distracción de la vida humana en la guerra contra la muerte, debido a la misma paradoja ineludible, conduce al dominio de la muerte sobre la vida. La guerra contra la muerte adquiere la forma de una preocupación por el pasado y por el futuro, y el tiempo presente, el tiempo de la vida, se pierde; ese presente del que Whitehead dice que «encierra en sí la suma total de la existencia, hacia adelante y hacia atrás, esa amplitud completa del tiempo, que es la eternidad».[29]

De ese modo, al huir de la muerte, el hombre es expulsado del ahora y arrojado al tiempo, en una carrera hacia el futuro con la que intenta eludir la muerte del momento atemporal. El segundo dualismo/represión/proyección, puesto que divide la unidad de la vida y la muerte, divide simultáneamente la unidad del momento eterno; ya que la vida, la muerte y la eternidad son uno en este ahora atemporal. En otras palabras, la separación de la vida y la muerte es a fin de cuentas e intimamente lo mismo que separar el pasado del futuro, y *eso* es tiempo. *De ahí que el dualismo secundario sea el progenitor del tiempo*. Y esto significa que la vida en el tiempo es la vida en la represión, particularmente la represión secundaria. En palabras de Brown:

> La consecuencia de la alteración de la unidad de la vida y la muerte en el hombre es la de convertirle en animal histórico... El hombre, el animal descontento, a la búsqueda inconsciente de la vida propia de su especie, es el hombre histórico; la represión y la compulsión repetitiva genera el tiempo histórico. La represión (secundaria) transforma la compulsión instintiva atemporal en un proceso repetitivo hacia el futuro de *búsqueda del tiempo perdido*... Por el contrario, la vida no reprimida... no se desenvuelve en el tiempo histórico..., sólo la vida reprimida tiene lugar en el tiempo y *la vida no reprimida sería atemporal o eterna*.[30]

En el nivel existencial, la huida del hombre de la muerte genera también el anhelo ciego de la vida, que es en realidad el pánico ciego de no tener futuro, el pánico que es la muerte.

Pero la huida del hombre de la muerte tiene muchas otras consecuencias, ya que está destinada a caracterizar en lo sucesivo cada uno de sus actos, entre los que destaca la creación de una imagen idealizada, denominada «ego». La angustia generada por esta huida de la muerte —«la angustia es la incapacidad del ego de aceptar la muerte»— es la causa de otro dualismo/represión/proyección. Bajo el peso de la angustia de la huida de la muerte, *se divide la propia vida del organismo, se reprime su unidad y a continuación se proyecta como psique frente a soma*, alma frente a cuerpo, ego frente a carne.

> Lo cierto es, según la teoría posterior de Freud, que la estructura peculiar del ego humano es consecuencia de su incapacidad para aceptar la realidad, específicamente la suprema realidad de la muerte...[31]

La teoría es compleja, pero podemos sintetizarla con facilidad: en el debate del ser contra la nulidad, la existencia contra la no existencia, la vida contra la muerte (es decir, el dualismo secundario), el hombre incapaz de aceptar la muerte abandona su organismo perecedero y se refugia en algo más «sólido» e impenetrable que la «mera» carne, es decir, las ideas. *El hombre, al huir de la muerte, huye de su mutable cuerpo y se identifica con la idea aparentemente imperecedera de sí mismo*. Esta idea, corrupta pero halagadora, es lo que denomina su «ego», su «yo». En palabras de Hubert Benoit:

> Al ser sus dos partes (psique y soma) incapaces de unirse naturalmente... el hombre opta por adorar esa imagen carente de realidad, el ego. En ausencia del debido amor de su parte abstracta por su parte animal, al hombre sólo le queda un sustituto, el amor propio, el amor de su parte abstracta por una imagen ideal de sí mismo.[32]

Esa «imagen ideal de sí mismo», ese «ego», parece prometerle al hombre algo que su carne mutable no puede prometerle: la inmortalidad, la cristalización permanente de innumerables mañanas encerradas en puras ideas, ideas que no perecerán, ni serán jamás susceptibles de corrosión ni descomposición. La huida del hombre de la muerte es una huida

de su cuerpo y así se crea el tercer (o «terciario») dualismo/represión/proyección importante: *el organismo se divide, su unidad se reprime y a continuación se proyecta como psique contra soma*. Véase la figura 2.

Así pues, en el nivel egoico, el hombre imagina que *tiene* un cuerpo, que lo *posee* como si fuera un coche o una casa. En realidad, atribuye derechos de propiedad a ciertos aspectos de su organismo, disminuyendo así su valor intrínseco a su propio parecer. En el nivel egoico, el hombre es sólo vagamente consciente de lo que ahora denomina «concienciamiento corporal» y ese concienciamiento empobrecido de su cuerpo es lo único que queda del nivel existencial, que a su vez es lo único que queda de la Mente.

Ahora, por caminos que intentaré aclarar, la identificación *exclusiva* con el ego y la enajenación simultánea del cuerpo obliga literalmente al hombre al uso exclusivo del primer modo de conocimiento, dualista, simbólico, lineal y temporal. Existen, evidentemente, muchas otras consecuencias de este dualismo terciario —todas igualmente significativas—, pero, después de haber hablado con tanta frecuencia de este primer modo de conocimiento, debemos por lo menos examinar su maduración en el contexto del espectro de la conciencia, ya que el primer modo de conocimiento no es en realidad más que una *negación* de otras formas de concienciamiento mucho más amplias y de mayor alcance.

Podremos seguir la totalidad de este proceso si logramos comprender lo que me gustaría denominar *concienciamiento organísmico*. Concienciamiento organísmico es a lo que, en el nivel egoico, nos referimos común y torpemente con ver, tocar, gustar, oler y oír. Pero en su forma más pura, este «concienciamiento sensual» es una conciencia momentánea no simbólica ni conceptual. El concienciamiento organísmico es un concienciamiento exclusivamente del presente; no podemos saborear, oler, ver, tocar, ni oír el pasado. Tampoco podemos saborear, oler, ver, tocar, ni oír el futuro. En otras palabras, la conciencia organísmica es propiamente *atemporal* y, por consiguiente, necesariamente inespacial. Así como el

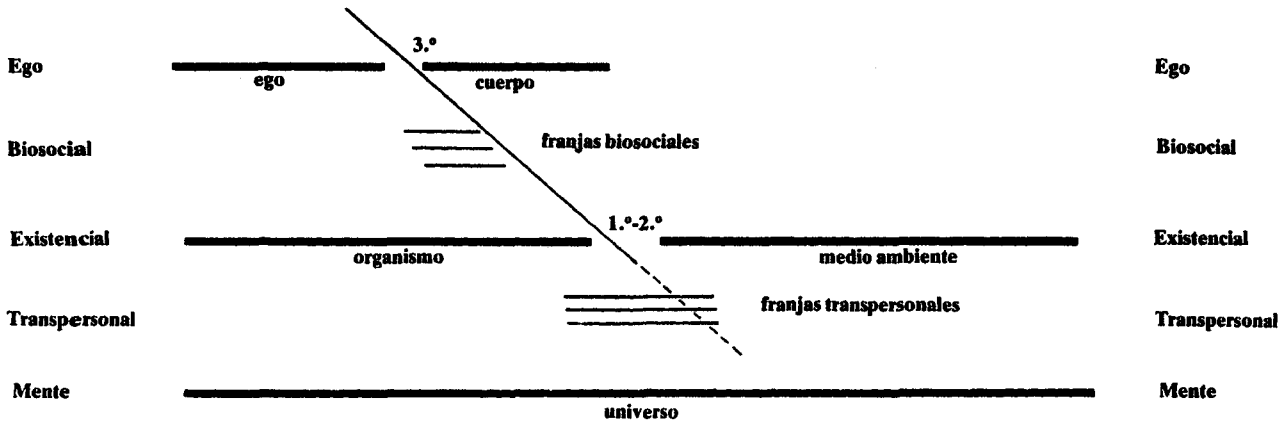

Ego
Biosocial
Existencial
Transpersonal
Mente
3.°
ego
cuerpo
franjas biosociales
1.°-2.°
organismo
medio ambiente
franjas transpersonales
universo
Ego
Biosocial
Existencial
Transpersonal
Mente

Figura 2

concienciamiento organísmico no conoce el pasado ni el futuro, tampoco distingue dentro de fuera, ni yo de otro. *Así la pura conciencia organísmica participa plenamente del concienciamiento no dual denominado subjetividad absoluta.*[33]

Por consiguiente, la conciencia organísmica y la conciencia cósmica son exactamente lo mismo. No debemos cometer el error de suponer que la conciencia organísmica está presa o encapsulada *dentro* de la piel del organismo. Por el contrario, uno no recibe absolutamente nada por experiencia directa que indique limitación alguna de nuestro concienciamiento. Nuestro verdadero campo de concienciamiento, de conciencia organísmica, carece de fronteras por la simple razón de que, para nosotros, no hay nada *fuera* de nuestro concienciamiento; y por consiguiente, por extraño que parezca a primera vista, no hay nada *dentro* de nuestro concienciamiento. Existe sólo el concienciamiento, sin dentro ni fuera, ni frontera alguna.

Como ejemplo casi bobo, pero no obstante revelador, ¿puede uno llegar realmente a *oler* la supuesta diferencia entre dentro y fuera? ¿Existe dicha diferencia realmente en nuestro concienciamiento? ¿Somos capaces de *saborear* la barrera entre yo y el otro? ¿O existe sólo el proceso de saborear, desprovisto de dentro y fuera? Si uno se relaja, cierra los ojos y escucha atentamente los sonidos a su «alrededor», ¿puede llegar a oír la diferencia entre el interior y el exterior, o por el contrario todos los sonidos parecen proceder tanto del «interior» como del «exterior» de la cabeza? Y si parece haber una verdadera diferencia entre el «interior» y el «exterior», ¿puede uno llegar a *oírla*? ¡En absoluto! Por el contrario ese dualismo primario del dentro contra el fuera es simplemente una idea que nos ha sido enseñada, una idea que utilizamos para interpretar y así distorsionar nuestro concienciamiento básico. ¡La supuesta brecha o frontera no existe en realidad! Como comentó Schroedinger, «el mundo se me da una sola vez, no una existiendo y otra percibiendo. Nada se refleja. El original y la imagen del espejo son idénticos». El hecho es que el concienciamiento organísmico es un concienciamiento no dual. Es Mente propiamente dicha.

La represión del concienciamiento organísmico comienza inmediatamente con los dualismos primario y secundario, ya que al separar ilusoriamente el dentro del fuera y el pasado del futuro, la suprema identidad del hombre queda al parecer *atada* y *limitada*: de universal y no dual se transforma en personal y encerrada «aquí». Esto significa que la identidad del hombre se traslada al *interior* de las barreras convencionales del organismo en contraste con todo lo demás, *a pesar de que dicha identidad no se manifiesta en modo alguno en su verdadero concienciamiento organísmico*.

Por tanto, aunque afirmemos que en el nivel existencial el hombre se identifica con la totalidad de su organismo en contraste con el medio ambiente, esto no significa en absoluto que esté en contacto directo con lo que denominamos «concienciamiento organísmico», ya que la verdadera conciencia organísmica, como hemos visto, es inespacial y atemporal, al igual que el nivel de la Mente, y no está en modo alguno limitada por la frontera que supone la piel del organismo. Sólo con la emergencia de los dualismos primario y secundario el hombre *imagina* que su concienciamiento está recluso y encapsulado en la piel, con lo que su identidad se reduce al interior de su propio organismo, en contraste con lo que también es su medio ambiente. Y *ése* es el nivel del concienciamiento que denominamos «nivel existencial», en el que el hombre se identifica exclusivamente con su organismo como existente en el espacio (dualismo primario) y en el tiempo (dualismo secundario).

Con toda propiedad, podemos denominar el concienciamiento, en esta etapa, «concienciamiento existencial», un concienciamiento que parece estar limitado por la piel de la totalidad del organismo y centrado en la existencia independiente del hombre en el espacio y el tiempo. Así, en un lenguaje lamentablemente técnico, cabe afirmar que los dualismos primario y secundario transforman el concienciamiento organísmico ilimitado (subjetividad absoluta) en concienciamiento existencial. Resumiendo, transforman la conciencia cósmica en una rudimentaria conciencia individual.

Ahora, como hemos visto, en el nivel existencial el hombre huye de la muerte. Es decir, se niega a vivir sin futuro en el ahora atemporal; quiere un *momento futuro* como promesa de que no le afectará la muerte en el presente. No se contenta con *este* presente atemporal, sino que quiere la promesa de todavía *otro* presente *venidero*. Y así se las arregla para que *este* presente *pase* para convertirse en todavía *otro* presente, con la esperanza secreta de que todos sus momentos se conviertan para siempre en momentos futuros. Debido precisamente a ello, ninguno de sus momentos presentes parece atemporal, eterno ni completo en sí mismo. Más bien parecen *transcurrir*, *volar*, para convertirse en *otros* momentos. El momento eterno, que siempre *es*, *se presenta, por tanto, como una serie de momentos fugaces*, una serie cuya duración es de dos a tres segundos escasos. Así pues, con la emergencia del dualismo secundario, el *nunc stans* o presente eterno adquiere la apariencia del *nunc fluens* o presente que transcurre. Al huir de la muerte exigimos un futuro y así transcurren nuestros momentos.

Así pues, el concienciamiento existencial es verdaderamente un concienciamiento relacionado con el tiempo y el espacio, pero sólo en el sentido más manifiestamente concreto. Está relacionado con el *presente que transcurre* y por tanto no se pierde fácilmente en reflexiones sobre el ayer y el mañana. De modo que en este nivel el individuo capta su existencia desnuda en el presente fugaz, desprovista de todo mapa simbólico, a excepción de los más sutiles y profundamente arraigados. El modo de conocimiento en el nivel existencial es, por tanto, *primordialmente* una especie de *prensión global*, o serie de captaciones directas de la propia existencia del individuo en el tiempo y el espacio. Capta *su* ser (dualismo primario) y *su duración* inmediata (dualismo secundario), sin ninguna abstracción adicional ni interpretación simbólica. Estas prensiones son captaciones tridimensionales del presente que transcurre, con todas sus posibilidades. Sólo los dualismos más básicos corrompen dichas prensiones y por ello decimos que el nivel existencial no es más que un paso, aunque a me-

nudo gigantesco, que nos aleja de la Mente y de la atemporalidad del concienciamiento organísmico.

Además, en este nivel existencial, la generación del tiempo, principalmente en forma del presente que transcurre, está íntimamente relacionado con la generación de la voluntad, ya que, como hemos visto, el hombre *quiere* tener un futuro que le preserve de la muerte. La *voluntad* le impulsa a trasladarse globalmente a un futuro inmediato. La *voluntad* le impulsa a eludir la eternidad. Y esa *voluntad* constituye el prototipo de toda tendencia sucesiva, todo deseo, toda inclinación, toda intención y todo anhelo, en cuanto a que en todos ellos existe un componente temporal, por lo que afirmamos que el nivel existencial es también la morada de la voluntad del individuo y en particular su voluntad de vivir contra la muerte. Pero no hay que confundir esta voluntad con la fuerza de voluntad, que emerge en el nivel egoico. La fuerza de voluntad es un esfuerzo lineal y concentrado por parte del ego o persona, encaminado a someter ciertos aspectos del organismo o del medio ambiente, en pos de otros. Pero la voluntad es mucho más básica y fundamental; se trata de un acto tridimensional del organismo en su conjunto, encaminado a trasladarse globalmente por el tiempo hacia alguna meta futura. La fuerza de voluntad es simplemente lo que queda de la voluntad después de que tenga lugar el dualismo terciario, mientras que la voluntad es un acto global de la persona. La voluntad es una prensión *móvil*. Es una intencionalidad, como lo ha demostrado Rollo May en *Amor y voluntad*.

Pero dejando a un lado estas monsergas teóricas, lo único que deseo poner ahora de relieve es que todos estos aspectos del nivel existencial constituyen la apariencia de la mente, después de que tengan lugar los dualismos primario y secundario. Karuna se transforma aparentemente en trishna, el *nunc stans* en el *nunc fluens*, el concienciamiento no dual en prensión, y el *lila* espontáneo en voluntad e intencionalidad. Y con la emergencia del nivel egoico, cada uno de éstos se transformará a su vez en distintas dimensiones de la conciencia.

Lo único que nos conviene recordar a estas alturas es que el concienciamiento existencial es el concienciamiento organísmico contaminado por las divisiones básicas de dentro contra fuera y el pasado contra el futuro (dualismos primario y secundario). Sin embargo, el elemento redentor de este nivel existencial es el hecho de que el hombre sigue por lo menos en contacto con la totalidad de su organismo, con su unidad psicosomática, aunque lo suponga de forma errónea independiente del medio ambiente. Por consiguiente, en esta etapa, en este nivel existencial, el hombre no se siente todavía como un alma inteligente, separada de su estúpido cuerpo animal, como si fuera un mero chófer atrapado en una carrocería corruptible o un cochero separado de su desobediente caballo. Por el contrario, se siente como una unidad de mente y cuerpo, como un ser psicosomático auténticamente unificado. A fin de recordar este hecho, otorgaremos también al concienciamiento existencial el calificativo de «concienciamiento centáurico»: no el concienciamiento de un jinete que controla su caballo, sino más bien el de un centauro, un organismo totalmente autónomo. Como tal, el hombre en el nivel existencial constituye todavía una unidad con sus sentidos y con su cuerpo, aunque los interprete erróneamente debido a los dualismos primario y secundario. El concienciamiento existencial o centáurico está, por así decirlo, a un solo paso de la conciencia cósmica, del concienciamiento organísmico y de la propia Mente; aunque para algunos este paso parezca un salto gigantesco a través de un abismo insondable.

Pero con la generación del dualismo terciario, el propio centauro queda literalmente roto: la mente se separa del cuerpo y éste se encuentra rápidamente abandonado. El hombre, en su huida de la muerte, rinde su carne perecedera y escapa aterrorizado a un mundo de símbolos estáticos. En lugar de existir como su organismo psicosomático global, el hombre lo sustituye por *una representación puramente mental o psíquica de su ser psicosomático global* y se identifica con la misma. En pocas palabras, se identifica con su ego.[34] Se hinca una honda cuña en el centauro y el hombre emerge como jinete y

amo desvinculado de su cuerpo ecuestre, como psique sin materia y, por consiguiente, sin vida, precariamente montado sobre lo que ahora parece un soma desobediente y tremendamente apasionado. Y esa cuña, la brecha que separa la psique del soma, es precisamente el dualismo terciario, con cuya emergencia el hombre se encuentra plenamente en el nivel del ego.

El concienciamiento centáurico, como hemos dicho, se encuentra a un paso de la Mente, de la conciencia organísmica no dual. Pero el hombre divide y reprime al centauro, rompiendo todos los vínculos restantes con la conciencia organísmica y toda posibilidad de concienciamiento no dual. Al desvincularse del centauro y abandonar su cuerpo, ahoga incluso la última posibilidad de concienciamiento no dual. Hablando con cierto desenfado, podemos decir que en el nivel existencial el hombre sigue en contacto con el concienciamiento organísmico, aunque lo interprete erróneamente, mientras que en el nivel egoico ni siquiera conserva contacto alguno con el mismo. Por el contrario, ahora está completamente desvinculado de la atemporalidad del concienciamiento organísmico. En realidad, está incluso desvinculado en el tiempo y se retira con entusiasmo al modo de conocer temporal, lineal, instrumental y puramente dualista, que alcanza al extraer de su memoria conceptos y símbolos que ahora introduce entre sí mismo y la realidad. En lugar de la conciencia organísmica no dual y en lugar incluso de las prensiones, el hombre tiene que contentarse con un triste sustituto: intelección, fantasía, imaginación, conocimiento simbolicocartográfico... y así cristaliza de un modo pleno y definitivo el primer modo de conocimiento.

> El mecanismo más específico y concreto mediante el cual el ego corporal se convierte en alma es la fantasía... La fantasía, cual alucinación de lo que no existe negando dialécticamente lo que existe, confiere a la realidad un nivel oculto de significado y otorga cierta cualidad simbólica a toda experiencia. El *animal symbolicum* (definición de Sassirer del hombre) es un *animal sublimans*, condenado a

> sustituir la verdadera gratificación por una gratificación simbólica de los instintos... Asimismo, el *animal symbolicum* es el animal que ha perdido su mundo y su vida, y que conserva en su sistema de símbolos un mapa de la realidad perdida...[35]

Hubert Benoit aclara:

> Vemos claramente el doble papel que interpreta la imaginación... Juega el papel de protector en relación con las ilusiones egotistas y reivindicativas de la porción abstracta (el ego) y el de destructor respecto a la máquina animal (concienciamiento organísmico), abandonándola al miedo de la muerte. Protege el ego, que es ilusorio, y aplasta la máquina, que es real.[36]

Al «aplastar la máquina, que es real», el hombre aplasta también definitivamente su concienciamiento no dual, su segundo modo de conocimiento, ya que, como acabamos de decir, la conciencia organísmica y el modo no dual de conocer son exactamente lo mismo. A nivel egoico, lo único que queda del concienciamiento organísmico se manifiesta como concienciamiento corporal enormemente empobrecido. En este nivel, el hombre no sabe, no puede saber, que este concienciamiento corporal no es más que la punta rugosa de una valiosísima joya sumergida de conocimiento iluminador. La huida del hombre de la muerte y de su propio cuerpo, por consiguiente, no es más que una fuga del único modo de conocer capaz de revelar la realidad. El primer modo de conocimiento del hombre, el simbólico, que estaba latente en el dualismo primario como «pensamiento» (en el sentido de Asvaghosha), *ahora madura y funciona plenamente*. Así se completa el equipo del proyecto vital del ego: elude el momento actual, con un mapa simbólico del pasado trasladado al presente. La identidad del hombre se traslada desde su organismo psicosomático total a su imagen mental de sí mismo, su ego, que, paradójicamente, está plenamente basado en el pasado y por consiguiente completamente muerto. Y así es como el hombre se mata paulatinamente a sí mismo, a fin de eludir una muerte ilusoria.

La conclusión del dualismo/represión/proyección terciario de la psique contra el soma marca la generación de nivel egoico. Y aquí abandonaremos temporalmente la historia de la evolución del espectro, para volver más adelante a la misma y al nivel del ego. Lo que ahora nos interesa es el nivel existencial, en el que el hombre está todavía más o menos en contacto con su organismo total, su unidad psicosomática, con el propio centauro. Recordemos, sin embargo, que no está plenamente en contacto con la pura conciencia organísmica, ya que es víctima de la contaminación de los raciocinios rudimentarios de los dualismos primario y secundario. Así pues, yo contra el otro (organismo contra medio ambiente) y la vida contra la muerte son los principales dualismos presentes en este nivel.

Uno puede «localizar» el nivel existencial por sí mismo retirándose a un lugar tranquilo, libre de distracciones externas, y rechazando todas las ideas y conceptos que uno se haya formado sobre sí mismo. Por el momento uno debe olvidar si es varón o mujer, inteligente o estúpido, feliz o desgraciado, y a continuación percibir la sensación —no el pensamiento, sino la «sensación»— que persiste «bajo» o «detrás de» dichas ideas, es decir, la sensación fundamental de que de algún modo existe y de que está vivo en este momento. Ése es el nivel existencial y esa simple sensación de existencia no es mental ni física, ya que el dualismo terciario de psique contra soma no actúa a dicho nivel; se trata de una sensación simple, limpia, de existencia neutra.

No obstante, si cuando uno descansa en este nivel existencial mira cuidadosamente a su alrededor en busca de dualismos, el que percibirá de un modo más destacado será el del yo contra otro. Es decir, nuestra sensación radical de identidad y existencia (nuestro «yo») parece estar separado del universo que nos rodea (el «otro»). Éste es el dualismo característico del nivel existencial.[37] Si de pronto uno se diera cuenta de que su existencia es en realidad idéntica a la del universo, el dualismo del yo contra otro desaparecería y uno «descendería» temporalmente al nivel de la Mente. Pero el hecho de que

uno sienta que su existencia está fundamentalmente separada del resto de la existencia indica con toda certeza que el dualismo primario ha tenido lugar y que uno se encuentra, por consiguiente, en el nivel existencial.

Este dualismo del yo contra otro es sumamente interesante, debido a la intervención de numerosos factores —algunos biológicos, pero en su mayoría sociológicos— que contribuyen a darle forma, color, dimensión y estilo. Es aquí, en lo que podríamos denominar «límites superiores» del nivel existencial, donde el organismo absorbe las premisas culturales que en lo sucesivo darán color a toda transacción entre el organismo y el medio ambiente. Ese «estanque» de factores sociológicos, de ideologías culturales, ese barniz social, como Talcott Parsons lo denomina, determina en gran parte no sólo la forma en que el organismo percibe el medio ambiente, sino su forma de actuar en el mismo; es decir, esboza las líneas generales de la conducta global del organismo.

Todo individuo, en este nivel, es portador de una amplia red de relaciones que representan la sociedad «interiorizada». Su naturaleza es extraordinariamente compleja, poco comprendida, y comprende una matriz de lenguaje y sintaxis, la estructura introyectada de la familia del individuo, creencias culturales y mitos, reglas y metarreglas. En un sentido muy amplio, se puede interpretar como la suma total de toda la información sociológica que el organismo ha acumulado. En palabras de R. D. Laing:

> El cuerpo del individuo tiene un significado único debido a que constituye *el* receptáculo de los mapas «introyectivos» de todos los dominios, y estos conjuntos introyectivos constituyen a su vez una «reserva» para proyecciones *a* cualquier dominio...[38]

Esta «reserva de conjuntos introyectivos», esta «sociedad interiorizada», debido a que ha sido cartografiada o transferida desde la sociedad al organismo biológico, es lo que denominamos franja biosocial. Representa los límites superiores del nivel existencial, cuando el hombre comienza a ascender

para alejarse del concienciamiento centáurico, operando en la misma como si pretendiera traducirla a términos significativos y aceptables.

La mayor parte de la franja biosocial es, en un sentido u otro, inconsciente. La tenemos demasiado cerca para verla con claridad, por lo que sólo cuando estudiamos otras culturas comprendemos que lo que aceptamos inconscientemente como realidad no es en el fondo más que una convención social; o, en palabras de Castaneda, la realidad es un convenio. Esto es más fácil de discernir en el fenómeno del lenguaje, que es quizás el más básico de los diversos conjuntos de relaciones que constituyen la franja biosocial. En este sentido, nadie ha sido tan consciente de la forma en que el lenguaje y la gramática moldean *inconscientemente* nuestra experiencia como Benjamin Lee Whorf:

> Todos tenemos una ilusión en cuanto al habla, la ilusión de que hablar es algo inobstaculizado, espontáneo y que se limita a «expresar» lo que deseamos que se exprese. Esta apariencia ilusoria se debe a que los fenómenos inevitables que forman parte del flujo aparentemente libre del habla son tan absolutamente autocráticos que el que habla y el que escucha están inconscientemente unidos, como por una ley natural. Los fenómenos del lenguaje son fenómenos de fondo, de los que el que habla no es consciente o, en el mejor de los casos, es sólo vagamente consciente... Las formas de los pensamientos de un individuo están controladas por leyes generales inexorables, de las que él no es consciente. Sus pautas son intrincadas sistematizaciones no percibidas de su propio lenguaje.[39]

El lenguaje es para nosotros como el agua para el pez, un fenómeno de fondo tan permanente en nuestra experiencia que no somos conscientes del mismo. Es cierto que solemos ser conscientes de algunas funciones del lenguaje; podemos, por ejemplo, ser conscientes de la manipulación y elección de símbolos para transmitir un significado a los demás y la mayoría de nosotros somos por lo menos vagamente conscientes de las reglas gramaticales que rigen las oraciones que formulamos. Pero el lenguaje desempeña una función constante, de

la que somos casi totalmente inconscientes: crea distinciones. Es decir, que el lenguaje, y su descendiente la intelección abstracta constituyen la fuente principal de los dualismos humanos. De nuevo en palabras de Whorf:

> *La segmentación de la naturaleza es un aspecto gramatical...* Nuestra forma de fragmentar y organizar la distribución y el flujo de los acontecimientos se debe en gran parte a que, a través de nuestro idioma materno, formamos parte de un convenio para hacerlo, y no a que la naturaleza esté fragmentada exactamente de ese modo a la vista de todos... *Descuartizamos la naturaleza según las normas establecidas por nuestro idioma materno.* No hallamos los tipos y categorías que aislamos del mundo fenoménico, porque todo observador los tiene ante sus propias narices; por el contrario, el mundo se presenta como un flujo caleidoscópico de impresiones que hay que organizar en nuestra propia mente, lo que significa en gran parte a través de los sistemas lingüísticos de la misma. Fragmentamos la naturaleza, la organizamos en conceptos y atribuimos significados, en gran parte debido a que formamos parte de un convenio para organizarla de dicho modo, convenio compartido por los miembros de nuestra comunidad lingüística y codificado según las pautas de nuestro idioma.[40]

Así, a través de nuestro proceso lingüístico fragmentamos la realidad, introduciendo inconscientemente dualismos que a continuación imaginamos, con toda ingenuidad, que siempre habían existido.

> En inglés dividimos la mayoría de las palabras en dos categorías... La primera categoría es la de lo que llamamos nombres, por ejemplo, «casa, hombre»; la segunda es la de los verbos, por ejemplo, «golpear, correr». Muchas palabras de una categoría pueden actuar además como si pertenecieran a la otra, por ejemplo, «un golpear, un correr», pero a nivel primario la división de categorías es absoluta. Nuestro idioma nos brinda de este modo una división bipolar (dualista) de la naturaleza. *La naturaleza propiamente dicha no está polarizada de ese modo.*[41]

Debido a que el instrumento que utilizamos para representar la naturaleza es en sí dualista, pronto nos convencemos de que así es la propia naturaleza. Pero si el único instrumen-

to del que dispusiéramos fuera un martillo, tenderíamos a verlo todo como un clavo. El verdadero problema radica en que la forma del universo no corresponde necesariamente a la de nuestro lenguaje y nuestra lógica, y puesto que obligamos a lo primero a ajustarse a lo segundo, perpetramos inconscientemente una sutil, aunque perniciosa, violencia contra la naturaleza.

> Constantemente leemos en la naturaleza la actuación de entidades ficticias, simplemente por el hecho de que nuestros verbos deben ir precedidos de sustantivos. Nos vemos obligados a decir «ha brillado» o «ha brillado una luz», inventando un actor (sujeto elíptico «él» en el primer caso y «una luz» en el segundo) que realiza lo que nosotros denominamos una acción, la de «brillar». ¡Sin embargo, el brillo y la luz son exactamente lo mismo!... Con estos términos más o menos distintivos atribuimos un aislamiento semificticio a partes de nuestra experiencia. Términos como «cielo, colina, pantano» nos inducen a considerar algún aspecto ilusorio de la infinita variedad de la naturaleza como ALGO distinto... Así pues, el inglés y otros idiomas parecidos nos inducen a pensar en el universo como en una colección de objetos y sucesos independientes que corresponden a nuestras palabras.[42]

Esta increíble realidad indujo a L. L. Whyte a comentar que «este procedimiento es tan paradójico que sólo una prolongada familiarización con el mismo oculta lo absurdo que es». Pero ya hemos explicado antes cómo el lenguaje y el pensamiento llenan el mundo de entidades, cosas y objetos ficticios, y no es necesario que nos extendamos ahora en el tema. El caso es que la franja bisocial, como depósito de instituciones sociológicas como el lenguaje y la lógica, es básica y fundamentalmente, y por encima de todo, una *matriz de distinciones*, de formas y de pautas que delimitan, descuartizan y dividen convencionalmente el «manto sin costuras del universo».

De ese modo, la franja biosocial, aunque no sea directamente responsable de todos los dualismos, en definitiva los refuerza, perpetuando así ilusiones que de otro modo no nos

confundirían. El ejemplo primordial lo constituye la brecha sujeto/objeto de nuestro idioma, que refuerza el dualismo primario del organismo frente al medio ambiente, ya que no hay ninguna forma aceptable de describir una transacción unitaria del campo organismo/medio ambiente, sin atribuirle la acción al organismo o al medio ambiente, presentado así la convincente ilusión de que ambos son en realidad independientes. El lenguaje —el elemento constitutivo más básico de la franja biosocial— es el reforzador prototípico de los dualismos, ya que opera dividiendo y clasificando el «flujo caleidoscópico» de la naturaleza, reprimiendo su naturaleza no dual o sin costuras, y proyectándolo como objetos aparentemente discretos e independientes. La franja biosocial, como matriz de distinciones, es, por consiguiente, como una gran pantalla que colocamos sobre la realidad. Evidentemente, no se pone en duda su utilidad, pero si confundimos dicha pantalla con la propia realidad, se convierte en una persiana que nos sume en la oscuridad de nuestras propias sombras.

Aprovecharemos la oportunidad para mencionar otras tres funciones de la franja biosocial. En primer lugar, forma parte de esa sensación profundamente arraigada de que somos seres distintos e independientes, ya que confiere al organismo una orientación básica aunque inconsciente hacia el medio ambiente, y por tanto moldea y refuerza el dualismo del yo contra otro. En segundo lugar, actúa como depósito para la intelección abstracta, suministrando los símbolos, la sintaxis y la lógica del pensamiento superior. Es al reflexionar sobre esta matriz de las distinciones cuando obtenemos «distinción sobre distinción», es decir, ideas. En realidad, Gregory Bateson ha definido una idea como «una diferencia que hace una diferencia». En tercer lugar, así como la franja biosocial le ofrece «materia prima al pensamiento», también le ofrece «materia prima al ego». En otras palabras, actúa como almacén en el que se elaboran muchas de las características del ego. George Herbert Mead ha demostrado que el hombre sólo adquiere su autoconciencia al convertirse en objeto sociológico con respecto a sí mismo, cuando se contempla a tra-

vés de las actitudes de los demás (lo denominado «otro generalizado»). La franja biosocial, como sociedad interiorizada, actúa como depósito para la formación del ego, sus papeles, valores, categoría, contenido, etcétera.

Ahora estamos en condiciones de proseguir con la historia de la generación del espectro de la conciencia al nivel egoico. Ha tenido lugar el dualismo primario, reprimiendo la Mente y proyectándola como organismo contra el medio ambiente, y generando el nivel existencial, con la identificación del hombre con su organismo y en contra del medio ambiente. Esto desencadena el dualismo secundario de la vida contra la muerte, que a su vez genera el dualismo terciario de la psique contra el soma, que marca la emergencia del nivel egoico (figura 2).

Así pues, y aunque lo ampliaremos mucho más detalladamente en capítulos posteriores, hemos definido el nivel existencial como una sensación más o menos global de identificación con el conjunto del organismo psicosomático, tal como existe en el tiempo y en el espacio. Definimos el ego como una *representación* mental y simbólica más o menos precisa de la totalidad (aunque *biosocializada*) del organismo psicosomático. Podríamos decir, en términos generales, que el ego es lo que «queda» del centauro después de ser biosocializado y de imponerle el dualismo terciario. En pocas palabras, el ego es una autoimagen bastante precisa (desde un punto de vista *convencional*), bastante aceptable y, por consiguiente, bastante «sana».

Una de las características más significativas del ego, del yo en este nivel, es la de ser esencialmente, más que cualquier otro nivel, un mero saco de recuerdos editados.

> El «yo» o «persona» convencional se compone principalmente de una historia que consiste en recuerdos seleccionados, a partir del momento del parto. Según la convención, yo no soy sólo lo que hago ahora. Soy también lo que he hecho y mi versión convencionalmente editada de mi pasado presenta un «yo» casi más real que lo que soy en este momento. Lo que *soy* parece fugaz e intangible, mientras que lo

> que *fui* es fijo y definitivo. Constituye una base firme para pronosticar lo que seré en el futuro, y por consiguiente resulta que soy más íntimamente identificado con lo que ya no existe que con lo que es en realidad.[43]

Es fácil comprobar la veracidad de lo dicho; uno no tiene más que preguntarse «¿quién soy?» y se dará cuenta de que la respuesta consiste de forma predominante en cosas que uno ha hecho en el pasado. Sólo ocasionalmente alguien responderá: «lo que soy ahora es un proceso de lectura de esta frase». ¡Una cosa es recordar el pasado y otra muy distinta *identificarse* realmente con él! Es como si un pájaro en pleno vuelo, describiendo un rumbo imaginario por el firmamento, llegara a tal punto de confusión que se identificara con su rumbo. Ningún pájaro es tan estúpido. En este sentido, el siguiente relato del Zen, narrado por un psicoterapeuta norteamericano, es revelador:

> Me levanté y di unos pasos, haciendo girar los pies para aliviar el dolor de mis tobillos. Cuando me sentí mejor, volví a sentarme.
>
> El *Roshi* (maestro) observó el lugar por donde había andado.
>
> —¿Es capaz de ver las huellas de sus pasos? —preguntó el maestro.
>
> —No.
>
> Asintió con la cabeza.
>
> —No estaban antes y tampoco están ahora. No había nada antes en su vida ni nada en el futuro, sólo —dijo, exclamando una vez más—: ¡Ah![44]

Sin embargo, nosotros nos hemos identificado con nuestras huellas, nuestro camino, nuestro pasado ilusorio. Nuestro intento de vivir de ese modo, siempre mirando por encima del hombro al espejismo del ayer, en palabras de Marshal McCluhan, es como conducir un coche mirando sólo el retrovisor. La angustia aterradora que genera puede inducirnos a exclamar con Stephen (en *Ulises*, de James Joyce) que «la historia es una pesadilla de la que intento despertar».

Ilusiones como las del pasado no ofrecen satisfacción y, en un intento de aliviar la frustración, el ego mira hacia el futuro

donde imagina que le espera una felicidad definitiva, una enorme bonanza al final del arco iris del tiempo. Sin embargo, la solución es espuria, ya que toda la felicidad acaba basándose exclusivamente en el futuro. Es decir, que el ego sólo es capaz de ser feliz hoy si se le promete un feliz mañana y la mejor noticia que puede recibir es la de un «brillante futuro», más que la de un brillante presente. Así, el ego es capaz de soportar una increíble miseria en el presente, siempre que esté convencido de que le espera un gozoso futuro, pero nunca llegará a gozar de *dicho* futuro, ya que no existe ahora y, por definición, cuando llegue el ego sólo se contentará con la promesa de otro futuro feliz. Es el caso proverbial de la zanahoria colgada de un palo delante de un asno, que induce al pobre animal a avanzar incesantemente, sin jamás llegar a alcanzar su recompensa.

Además, yo —como ego— paso tanto tiempo avanzando hacia una felicidad futura, que no tardo en identificar la felicidad con el propio proceso de correr hacia el futuro. Confundo la felicidad con la persecución de la felicidad. Hasta llegar al punto en que lo único que soy capaz de hacer es perseguir y correr, sin poder ya *detenerme* y, por consiguiente, si aquella bonanza futura llega en realidad a presentarse no puedo evitar pasar corriendo junto a ella. Nunca vivo completamente en el presente y, por tanto, nunca puedo gozar plenamente. Y si no soy capaz de gozar del presente, tampoco lo seré de gozar del futuro cuando se convierta en presente. Estoy permanentemente frustrado y mi única alternativa aparente es la de correr más de prisa, hasta caer en un círculo vicioso en el que sólo trabajo para mi frustración crónica. Claro que uno no puede detener el progreso, pero cabe preguntarse si no se trata más bien de un cáncer. John Maynard Keynes increpa:

> Actuar con resolución significa que estamos más preocupados por los resultados de nuestras acciones en un futuro remoto que por su propia calidad o por sus efectos inmediatos en nuestro medio ambiente. El hombre «resuelto» jamás deja de procurar que sus actos le aseguren una inmortalidad espuria e ilusoria, proyectando siempre el in-

> terés de los mismos hacia el futuro. No es su gato lo que ama, sino los gatitos de su gato; y a decir verdad, ni siquiera los gatitos de su gato, sino los gatitos de los gatitos de su gato y así siempre hasta el infinito. Para él la compota no es compota, a no ser que sea para el día de mañana y nunca para hoy. De ese modo, conservando siempre la compota para el futuro, lucha mientras la prepara para la inmortalidad.[45]

El problema radica en que el ego nunca puede saborear plenamente el goce, que es sólo del presente, ya que el goce del presente no conoce futuro y lo que no conoce futuro está muerto. En este sentido, el goce es el «deleite eterno» de Blake, el deleite atemporal, el deleite que no conoce futuro y, por consiguiente, el deleite que debe comprender la aceptación de la muerte. El ego, sin embargo, no puede aceptar la muerte y, por consiguiente, es incapaz de hallar la felicidad. En palabras de Goethe:

> Mientras no sepas
> cómo morir y volver a vivir,
> no serás más que un lamentable viajero
> en esta oscura tierra.

De modo que el hombre, en el nivel egoico, intenta eludir la muerte del momento atemporal viviendo en el inexistente pasado y aspirando a un futuro que nunca llegará. El instrumento primordial de dicho intento es, por supuesto, el conocimiento simbolicocartográfico del hombre. Recordemos que este modo de conocimiento *sólo* es «negativo» e «ilusorio» si confundimos su información con el territorio propiamente dicho. Es perfectamente aceptable y positivamente útil si lo utilizamos como mapa de carreteras al viajar por el país, siempre que nos demos cuenta de lo que hacemos. El problema es que muchos nos salimos hace tiempo de la carretera, caímos en la cuneta, pero no hemos levantado la mirada del mapa el tiempo suficiente para darnos cuenta de ello. Asimismo, la mayoría estamos en la misma cuneta con nuestro conocimiento simbolicocartográfico; hemos perseguido ideas acerca de la realidad con tanta persistencia que no disponemos del más li-

gero conocimiento directo de la propia realidad. No obstante, hemos dado grandes pasos en el pensamiento representativo, como se demuestra especialmente en la ciencia y en la medicina, aunque ya no conozcamos la realidad representada. El conocimiento simbolicocartográfico, con algunas notables excepciones, ha contribuido provechosamente a la agricultura, la farmacología, la medicina y las ciencias puras. Las excepciones más evidentes, como la de la crisis ecológica, han tenido lugar principalmente debido a que no veíamos con mucha claridad el territorio propiamente dicho y llegamos casi a destruirlo, antes de darnos cuenta de lo que estábamos haciendo. En todo caso, lo importante es señalar que es aquí, en el nivel egoico, donde domina el modo de conocimiento simbólico, lineal, dualista, objetivo y conceptual; el hecho de que se use o no correctamente es otro tema.

El conocimiento simbolicocartográfico es también uno de los principales ingredientes del proceso de transferencia de información, conocido generalmente como «comunicación», y es a este proceso al que debemos dirigirnos en busca de una explicación de la génesis del último dualismo importante, así como del postrero de los principales niveles del espectro de la conciencia. La comunicación puede ser un fenómeno muy complejo, especialmente como la plantea la teoría de la información, la cibernética, etcétera, pero no es preciso que entremos en esas sutilezas. Sin embargo, es conveniente señalar un punto importante pero comúnmente olvidado: *la comunicación puede operar en varios planos distintos*. Por ejemplo, John le dice a Mary: «Eres una rastrera», y a continuación agrega: «es sólo una broma». John le habrá transmitido dos mensajes a Mary y ambos están en distintos planos, ya que *el segundo hace referencia al primero*; el segundo mensaje informa a Mary de que el primero no iba en serio. Mensajes como el segundo, que hacen referencia a otro mensaje, se denominan «metamensajes»; operan en un plano distinto, un «metaplano». La mayoría de nosotros estamos perfectamente familiarizados con este fenómeno, aunque no hayamos pensado en ello en estos términos. El lenguaje corporal, por ejemplo, es otro tema del

que ahora se habla habitualmente y gran parte del lenguaje corporal actúa realmente como «metalenguaje corporal», es decir, como mensaje relacionado con nuestros mensajes verbales. Así pues, volviendo al ejemplo anterior, si John le dice a Mary: «Eres una rastrera», pero está relajado y sonriente, su tono de voz y sus gestos sirven de metamensaje que informa a Mary de que está bromeando. Por el contrario, si está tenso e irritado cuando exclama «¡eres una rastrera!», a Mary no le cabrá duda alguna de que se ha metido en un buen lío. En ambos casos el mensaje verbal era el mismo (es decir, «eres una rastrera»), pero el metamensaje modifica profundamente el significado. Esto sugiere que, en muchos casos, *para comprender un determinado mensaje debemos identificar con precisión su contexto, asignándole un metamensaje apropiado.*

Por regla general, el individuo lo logra en la práctica sin dificultad alguna, de un modo inconsciente, espontáneo, preciso y sin esforzarse. Sin embargo, de vez en cuando algún individuo desarrolla cierta «confusión» en su proceso de comunicación metalingüística y le resulta difícil asimilar los metamensajes que habitualmente le ayudarían a comprender otros mensajes. Puede que entonces sea incapaz de dilucidar si el mundo está a favor o en contra de él; tal vez no pueda asignar títulos (o metamensajes) a sus *propios* mensajes sobre lo que realmente siente; o también puede que sea incapaz de asignar el contexto adecuado a los actos de otros con respecto a él. Cabe incluso que tenga dificultades para *identificar la fuente de algunos mensajes*; ¿proceden de su interior o del mundo exterior? En otras palabras, tiene problemas con sus costumbres metacomunicativas, y aquí empezamos a ver la génesis del dualismo/represión/proyección cuaternario.

Esta confusión en la comunicación suele presentarse en situaciones conocidas técnicamente como de «dobles vínculos».[46] Hemos visto que para percibir correctamente una situación necesitamos mensajes y metamensajes; sin embargo, en una situación de doble vínculo, los *mensajes y los metamensajes se contradicen entre sí.* Además, si el individuo no se da cuenta de lo que está ocurriendo, se verá obligado a distor-

sionar e invalidar el mensaje o el metamensaje, y ocasionalmente ambos. Entonces su proceso de comunicación se hace desesperadamente confuso. Aclarémoslo con un ejemplo.

Un niño acaba de hacer algo terrible, como, por ejemplo, verter miel sobre la alfombra de la sala. Su madre está comprensiblemente furiosa, agarra al pequeño rufián y le propina unos azotes. Sin embargo, al mismo tiempo le dice: «Te quiero mucho, cariño. Hago esto por tu bien y quiero que sepas que incluso ahora te quiero.» Éste es el mensaje verbal que le transmite al niño y que se supone que es de puro amor. Pero le tiembla la voz, de furor se le han subido los colores a las mejillas y además está azotando al niño. Todo esto actúa evidentemente como metamensaje, pero un metamensaje definitiva e inconfundiblemente de furor y odio temporal. La madre le ha transmitido al niño mensajes en dos planos distintos: uno de carácter verbal, que expresa un enorme afecto, y otro metamensaje no verbal de furor, que niega y contradice el primer mensaje.

¿Cómo puede reaccionar el niño? Si discierne correctamente que en este momento su madre en realidad le odia y se lo dice, ella movilizará la fuerza de su autoridad y de su «sinceridad» para convencer al niño de que se equivoca, de que en este momento le ama de verdad y de que las madres siempre aman a sus hijos. Se convence al niño de que su justa evaluación de la situación es, en realidad, incorrecta. Por consiguiente, si discierne correctamente el mensaje de su madre, se le demuestra que se equivoca. Pero ¿qué ocurrirá si actúa en consecuencia y, convencido de que su madre le quiere realmente en ese momento, intenta demostrarle su afecto? Evidentemente, la madre, que no está de humor para caricias, se lo impedirá y probablemente le dirá: «Vete a tu habitación», o «cállate», o simplemente «no me molestes». Está claro que la madre no se siente muy afectuosa y, por tanto, aunque el niño interprete erróneamente el mensaje de «furor» y lo considere de «amor», se le demostrará que se ha equivocado. Pierde de un modo y pierde del otro. Está en una encrucijada y simplemente «no puede ganar». Una forma de salir del ato-

lladero consistiría en decir «aquí hay algo que huele a podrido», pero su madre lo consideraría una insolencia por parte del niño. No tiene salida (a no ser que huya) y por tanto se encuentra en una situación de doble vínculo.

Encontrarse repetidamente en situaciones de doble vínculo como ésta puede acarrear dos posibles consecuencias. Una consiste en que el individuo aprenda a titular erróneamente los mensajes, los suyos y los de los demás, como cuando la madre le enseña al niño a interpretar la ira como «amor». En este caso, *el proceso metacomunicativo del individuo se hace confuso* y por consiguiente en lo sucesivo ya no es capaz de determinar con precisión el significado de ciertos mensajes. En el segundo caso, cuando los dobles vínculos son realmente importantes y se repiten con frecuencia, puede que el individuo abandone por completo todo intento de metacomunicación; dado que, haga lo que haga, «no puede ganar», ¿para qué seguir intentándolo? Esto es relativamente inusual, pero, según Bateson entre otros, es frecuente en lo denominado «esquizofrenia».[47]

Por el momento limitaremos nuestra atención a la primera de dichas consecuencias, la de confusión y distorsión de los procesos metacomunicativos, ya que éstos son instrumentales en la creación del dualismo cuaternario. Hay que tener en cuenta que muchos metamensajes relacionados con información acerca del ego son en realidad mensajes que puntúan el flujo de experiencia del ego; no basta con saber que la ira está presente (mensaje), también hay que saber a quién pertenece dicha ira (metamensaje). No es suficiente que el flujo de la experiencia anuncie una emoción (mensaje), el flujo también debe ser puntuado con precisión (metamensaje) para encuadrar la emoción en los límites del ego. Por ejemplo, mucha gente experimenta emociones negativas como la «maldad» (mensaje), pero debido a una confusión metacomunicativa no se dan cuenta de que dicha emoción les pertenece; perciben correctamente la emoción (mensaje), pero puntúan (metamensaje) el flujo de modo que parece que la emoción no reside en el ego sino en otros. Ahora los demás empiezan a pare-

cer «malvados» y he ahí la base de las sobradamente conocidas cazas de brujas. Otro ejemplo podría ser el de un niño que se sienta con sus padres a la mesa; el flujo de su experiencia contiene el siguiente mensaje: «deseo de comer». Pero si los padres comienzan a repetirle: «mejor que comas porque *nosotros* te lo *mandamos*», puede que el niño empiece a percibir el mensaje «deseo de comer» como algo procedente del *exterior*; cree que sólo sus padres quieren que coma. Su proceso metacomunicativo está corrompido y puntúa (metamensaje) el flujo de la experiencia de modo que el «deseo de comer» (mensaje) se sitúa fuera del ego. Comprensiblemente, no probará bocado. Habrá percibido correctamente el impulso, pero situado incorrectamente su fuente, debido a la confusión metacomunicativa, una confusión en los mensajes que normalmente le permitirían localizar la fuente de otros mensajes.

Ahora bien, no pretendo dar la impresión de que la comunicación y la metacomunicación se limitan exclusivamente al nivel egoico, ya que esto, evidentemente, no es cierto. Lo que sí es verdad es que predominan en el nivel egoico. Tampoco es cierto que los dobles vínculos o encrucijadas se limiten exclusivamente a dicho nivel. Como veremos más adelante, todo dualismo presenta un doble vínculo o encrucijada en la conciencia, de modo que cada nivel del espectro (a excepción de la Mente) tiene sus propios dobles vínculos, correspondientes a sus dualismos particulares.

En todo caso, lo único que debemos tener en cuenta ahora es que los procesos metacomunicativos son instrumentales en la definición de los límites prácticos del ego, puntuando correctamente el flujo de la experiencia. Al encontrarse repetidamente con vínculos, dobles vínculos (conocidos en la terapia Gestalt como «encrucijadas») o situaciones similares, el individuo puede desarrollar confusiones en su proceso metacomunicativo. El flujo de la experiencia se puntúa de forma que ciertos aspectos del ego parecen existir en el medio ambiente. En realidad, el individuo fragmenta facetas de su propia psique, facetas que ahora percibe como externas a sí mismo, atribuidas habitualmente a otras personas. El individuo

percibe correctamente dichas facetas, ideas, emociones, impulsos, cualidades y otros mensajes, *pero sus procesos metacomunicativos identifican incorrectamente la fuente de los mensajes*, de modo que el individuo se desentiende o enajena de ciertos aspectos de sí mismo y entonces los proyecta o cree percibirlos en el medio ambiente.

Sin embargo —y esto es algo fundamental—, este tipo de confusiones e interpretaciones erróneas dejan al individuo con una imagen *distorsionada* de sí mismo, una autoimagen empobrecida que no representa con exactitud la totalidad del organismo psicofísico, una autoimagen fraudulenta compuesta sólo de fragmentos del verdadero ego. En un intento de convertir su autoimagen en aceptable, el individuo la torna imprecisa. Esta imagen imprecisa y empobrecida de sí mismo es lo que denominaremos *persona*; y las facetas rechazadas, enajenadas y proyectadas fuera del ego, que ahora parecen exteriores, serán lo que denominaremos *sombra*.

Así pues, en el acto de división y fragmentación definitivo, el hombre impone un *dualismo* o brecha en su propio ego, *reprime* la unidad subyacente de todas sus tendencias egoicas y las *proyecta* como persona contra sombra. He ahí la generación del dualismo/represión/proyección cuaternario (véase la figura 3).

La naturaleza de todo dualismo/represión/proyección es la de presentar una realidad aparente o ilusoria, que muestra las cosas como parecen ser y no como son en realidad. Lo mismo es cierto del dualismo cuaternario, por lo que, a pesar de que el individuo reprime y proyecta ciertas facetas de sí mismo, dichas facetas siguen siendo no obstante suyas y sólo parecen existir en el medio ambiente, así como el reflejo de un árbol en un estanque tranquilo parece un objeto real, pero no deja de ser una ilusión. Por consiguiente, cuando el hombre intenta desentenderse de ciertas facetas de sí mismo, puesto que siguen siendo suyas, no hacen más que volver de rebote y atormentarle en forma de síntomas «neuróticos». Pero estas facetas proyectadas aparentan estar fuera del ego, de modo que el hombre ha trasladado y reducido una vez más su identi-

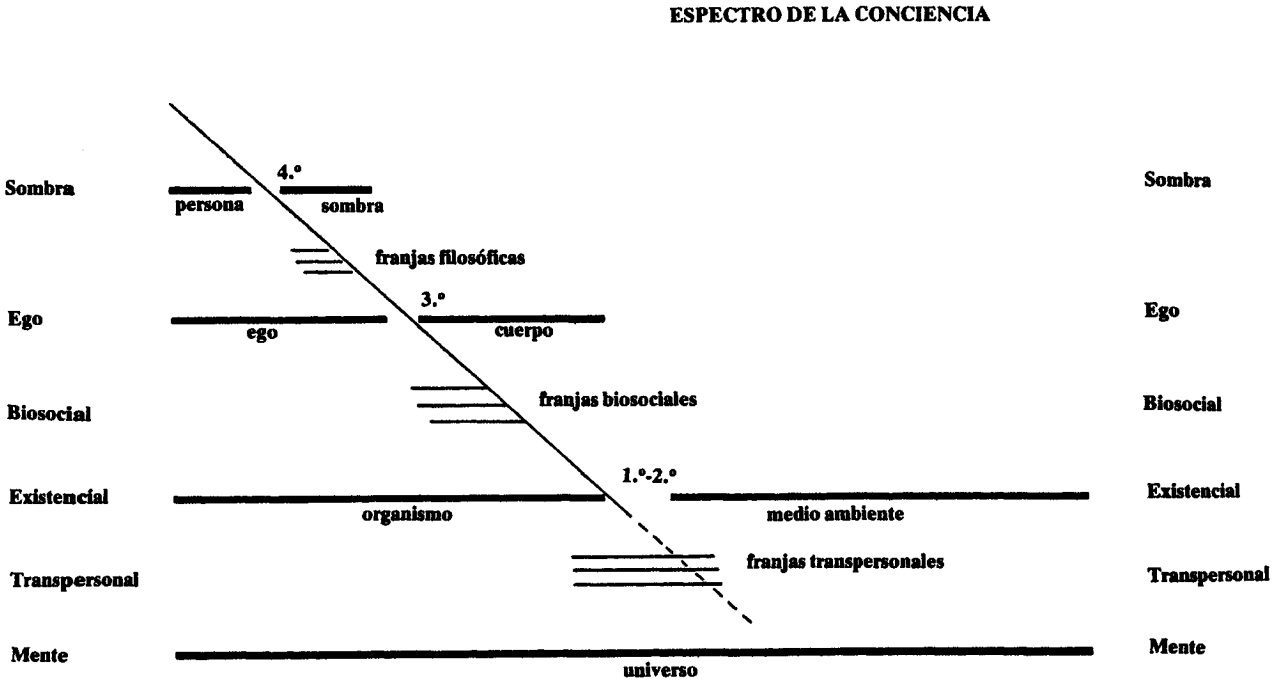

ESPECTRO DE LA CONCIENCIA
Sombra
Ego
Biosocial
Existencial
Transpersonal
Mente
4.°
persona
sombra
franjas filosóficas
3.°
ego
cuerpo
franjas biosociales
1.°-2.°
organismo
medio ambiente
franjas transpersonales
universo
Sombra
Ego
Biosocial
Existencial
Transpersonal
Mente

Figura 3

dad, desvinculándose de ciertos aspectos de sí mismo. Esta división cuaternaria marca la creación del último nivel importante del espectro de la conciencia, que es el que Jung denominó la *sombra*: todos los aspectos desagradables e indeseables de nosotros mismos de los que intentamos desprendernos pero que, no obstante, nos siguen como nuestra propia sombra.

Así evoluciona la totalidad del espectro de la conciencia. Para seguirla con mayor facilidad, conviene fijarse en la *identidad* del hombre en cada nivel, ya que como consecuencia de cada uno de los dualismos principales se limita y restringe el sentido de identidad, desde el universo al organismo, al ego y a partes del ego. Entre paréntesis, cabe mencionar lo obvio: *estos niveles no están separados entre sí, sino que se superponen hasta el infinito*; hemos seleccionado estos seis niveles básicos porque son fácilmente reconocibles, ya que forman «nódulos» en el espectro. Además, el hombre se encuentra raramente recluido en un solo nivel; en el plazo de veinticuatro horas puede recorrer la totalidad del espectro. Sin embargo, por regla general, un determinado individuo pasa a lo largo de su vida la mayor parte del tiempo que está despierto en una gama muy limitada del espectro.

Después de describir de un modo muy esquemático la evolución del espectro de la conciencia, desde el nivel de la Mente hasta el de la sombra, quedan varios puntos que debemos mencionar brevemente antes de concluir esta exposición. El primero es el del «inconsciente», el segundo el del proceso de evolución de los propios niveles individuales, y el tercero el de los aspectos cronológicos de la evolución del espectro. El espacio impide una elaboración amplia de dichos aspectos, por lo que nos ocuparemos de los mismos de un modo sumamente esquemático.

El concepto de un «inconsciente» humano es bastante antiguo y el propio Freud reconoció que los poetas se le habían anticipado en el descubrimiento del inconsciente psicoanalítico. El término «inconsciente» se aplica a una cantidad casi astronómica de procesos, pero, en general, se refiere a ciertos aspectos de la conciencia que, por una razón u otra, no se per-

ciben totalmente como objeto del concienciamiento. Así pues, no sólo se habla de ciertos recuerdos, experiencias, deseos e ideas como inconscientes, sino que el término también se aplica a ciertos procesos orgánicos como la digestión, el crecimiento corporal, las habilidades motrices automáticas, etcétera; éstos son inconscientes ya que no solemos controlarlos de una forma consciente. En el psicoanálisis, el inconsciente contiene deseos (e ideas, si están relacionadas con algún deseo) expulsados de la conciencia por los mecanismos de represión, de modo que siempre que tiene lugar algún tipo de represión se da necesariamente algún tipo de inconsciente. Pero nuestro análisis del espectro de la conciencia sugiere que la represión psicoanalítica no es más que uno de los distintos géneros de represión que tienen lugar en el espectro, de modo que cuando nos encontramos con otro tipo de represión, podemos esperar encontrarnos con otro tipo de inconsciente. Cada nivel del espectro, puesto que está generado por un dualismo/represión/proyección particular, va siempre acompañado de unos aspectos inconscientes determinados y específicos. En otras palabras, cada nivel tiene su propio inconsciente, generado por la superposición de uno de los cuatro dualismos/represiones/proyecciones importantes. Como hemos visto, cada dualismo/represión/proyección importante actúa imponiendo una división en la «unidad» o no dualidad subyacente, reprimiendo dicha unidad, y proyectándola o mostrándola como dos términos opuestos. *Esta no dualidad o «unidad» reprimida se convierte por tanto en inconsciente.* O, para decir lo mismo desde otro ángulo ligeramente distinto, cada inconsciente determinado representa algún aspecto del universo del que nos hemos desidentificado.

Todo esto, así como lo que diremos a continuación, en realidad puede resumirse de forma muy simple: desde un punto de vista psicológico, *dualismo significa inconsciente*. «La luz es siempre luz en la oscuridad; he ahí en qué consiste el inconsciente.»[48] Éste es, en realidad, el quid de la cuestión. Todos los términos opuestos son mutuamente interdependientes e inseparables, no duales, *coincidentia opposi-*

*torum*, y quien imagine lo contrario lo hará a costa de sumergir la realidad.

En la mayoría de los casos, como, por ejemplo, en la figura del disco sobre el fondo de la página que aparece al principio de este capítulo, solemos imaginar que percibimos la figura por sí sola y esto nos lleva a la conclusión de que las figuras y las cosas deben existir por separado, ya que ésta es la forma aparente en que las percibimos. Pero, como sabemos, esto es una ilusión; en realidad percibimos la totalidad del campo visual de la figura más el fondo, en toda su infinita riqueza de detalles entremezclados. La figura sólo está separada del fondo en la fantasía simbólica, nunca en la realidad. Sin embargo, de una forma muy semejante, imaginamos que la figura del bien puede separarse fundamentalmente de su fondo de maldad, que lo correcto está irreconciliablemente desvinculado de lo erróneo, y que la falsedad acabará sucumbiendo a la verdad. Puede que estemos dispuestos a ver la inseparabilidad de la figura del disco con respecto al fondo de la página, ya que parece una introspección relativamente inconsecuente, pero nos asusta la idea de una conjunción oculta, la *coniunctio oppositorum*, entre Dios y Satán, dolor y placer, vicio y virtud. Sin embargo, debemos comprender, y en lo más hondo de nuestro corazón sabemos, que la percepción de lo uno no sólo carece de significado sin lo otro, sino que es imposible, tanto física, lógica como sensualmente. Sería como hablar de cajas con interior pero sin exterior. Al imaginar que la figura ha vencido realmente al fondo, lo único que hacemos es dividir y reprimir ciertos aspectos del campo no dual del concienciamiento, y colocarlo mutilado en una bandeja dualista. Y así, inevitablemente, la realidad del campo no dual permanece inconsciente.

Por tanto, parece que entre lo que ven nuestros organismos y lo que nuestros procesos simbólicos y dualistas creen ver hay una enorme laguna, y esa laguna son los cimientos de la estructura del inconsciente. Resumiendo, el precio que pagamos por la dualidad es el sueño inconsciente, como lo hicieron nuestros padres y los padres de nuestros padres; «cuando Adán cayó, cayó dormido».

A fin de ampliar esto un poco, sigamos ahora brevemente el desarrollo del espectro de la conciencia, señalando los principales procesos inconscientes relacionados con los cuatro dualismos de mayor importancia. Al mismo tiempo, tendremos oportunidad de comentar algunos de los procesos inconscientes más destacados *derivados* de dichos dualismos, tales como el «inconsciente filosófico» y el «inconsciente biosocial». Evidentemente, consideraremos más extensamente estos temas en el lugar apropiado y, por consiguiente, lo que sigue puede considerarse como una breve introducción.

Empezando con el dualismo/represión/proyección primario, que genera el nivel existencial, recordemos que divide la «unidad» en sujeto y objeto, yo y otro, organismo y medio ambiente, de modo que dicha unidad —es decir, la propia Mente— pasa a ser subyacente, implícita, inadvertida, inconsciente. En otras palabras, la mayoría de nosotros simplemente no nos damos cuenta de que lo que somos es Mente. No obstante, la experiencia de sólo Mente está siempre presente —en realidad es la *única* experiencia que está siempre presente— pero, debido al dualismo primario, la reprimimos, la ignoramos, la olvidamos y a continuación olvidamos que la hemos olvidado. Resumiendo, convertimos la Mente en inconsciente.

Sin embargo, conviene subrayar que al decir que la Mente es el inconsciente fundamental no se pretende afirmar que la iluminación absoluta, la abolición definitiva de todas las represiones, consista en rescatar la Mente de las profundidades para observarla con todo realismo y objetividad. Esto, a decir verdad, no sólo es innecesario sino imposible. Para abolir las represiones primarias lo que es necesario no es observar objetivamente la Mente, que en todo caso es imposible, sino vivir conscientemente como Mente, lo que de todos modos ya hacemos en cierto sentido. Puesto que la Mente no puede ser nunca un objeto de la conciencia, se la denomina a menudo «el inconsciente», aunque con unas connotaciones ligeramente diferentes de las del «inconsciente» de la Mente al que nos referimos ahora. En nuestro sentido actual, como ya hemos

aclarado, significa que en estos momentos ignoramos y somos inconscientes del hecho de que vivimos siempre como Mente y que esta situación se «invierte» con el levantamiento de la represión primaria. En el caso anterior, en el que la Mente es el inconsciente, la situación no puede ni debe invertirse. La Mente es el inconsciente (*wu hsi, wu nien*) porque, como subjetividad absoluta, como concienciamiento no dual, como conocedor supremo, no puede ser conocida *como objeto de la conciencia*. No obstante, es altamente consciente —en realidad es conciencia pura— sin ser nunca consciente de sí misma, al igual que un ojo no se ve a sí mismo. En palabras de Wei Wu Wei:

> ¿Qué es, pues, lo inconcebible; qué en realidad es y debe ser inconcebible? Sólo lo que está concibiendo es en sí inconcebible, ya que sólo lo que concibe, cuando está concibiendo, es incapaz de concebirse a sí mismo.[49]

En nuestra terminología, el nivel mental, por el hecho de ser pura conciencia, nunca es consciente de sí mismo y por consiguiente es inconsciente. El conceptuador es inconceptuable, el pensador impensable, la conciencia inconsciente. Así pues, el nivel mental es «inconsciente» en dos sentidos semejantes y no obstante ligeramente distintos: inconsciente porque ignoramos su «existencia», e inconsciente porque no podemos conocerlo dualísticamente; conocemos la Mente *por el hecho de serlo* y no en ningún otro sentido.

En pocas palabras, el dualismo primario hace inconsciente lo inconsciente. Lo cual supone —y eso pretendemos— *que la «capa» más básica del inconsciente es el propio universo*. El sol, la luna y las estrellas, las montañas, las nubes y el agua, e incluso los coches, los aviones y los trenes, constituyen en realidad parte del «contenido» de nuestro inconsciente básico.

En este punto hay que destacar, por lo menos, que dicho inconsciente básico es «producto», no sólo del dualismo primario, sino del dualismo secundario, ya que, como acabare-

mos por descubrir, el dualismo secundario no es más que el reverso del dualismo primario; el anterior constituye el tiempo y el posterior el espacio, de modo que la distancia entre sujeto y objeto que oscurece la infinidad es la misma que la distancia entre el pasado y el futuro que oculta la eternidad. Sin embargo, lo único que precisamos recordar en estos momentos es que el dualismo secundario, que tiene lugar en el nivel existencial, rompe la unidad de la vida y la muerte, del pasado y el futuro, del ser y la nulidad, y por consiguiente impulsa al hombre a una vida temporal, ofuscando y sumiendo en el inconsciente el *nunc stans*, la eternidad del momento presente, el amplio y mágico mundo de lo no histórico. Y, con ello, el ahora consciente descrito por Goethe de pronto se nos escapa:

> En cada momento (la naturaleza) emprende un larguísimo camino y en cada momento llega a su destino... Todo está eternamente presente en la misma, ya que no conoce el pasado ni el futuro. Para ella el presente es la eternidad.
>
> (Fragmentos sobre la naturaleza)

Así pues, el inconsciente fundamental es el universo eterno e infinito, convertido en inconsciente por los dualismos primario y secundario. El inconsciente básico —todos los mundos: pasado, presente y futuro— mora en el corazón que el hombre no siente. «El inconsciente es más bien ese mar inmortal que nos ha traído hasta aquí, cuyas insinuaciones se manifiestan en momentos de "sentimiento oceánico", un mar de energía o instinto, que abarca a la totalidad de la humanidad sin distinción de raza, idioma ni cultura, así como todas las generaciones de Adán, pasadas, presentes y futuras, en un... cuerpo... místico.» Ya que «el inconsciente es la verdadera realidad psíquica, y el inconsciente es el Espíritu Santo».[50]

Ahora bien, afirmar que los dualismos primario y secundario convierten la Mente en inconsciente, no es más que otra forma de decir que dichos dualismos indican la represión de

la conciencia organísmica, ya que, según hemos señalado, la conciencia organísmica participa plenamente en la subjetividad absoluta, debido a que sus operaciones son inespaciales y atemporales. Recordemos que no hay absolutamente nada en nuestro concienciamiento sensorial que corresponda siquiera vagamente al espacio o al tiempo. Uno no puede, por ejemplo, oír el pasado o el futuro, ni oler la diferencia entre el interior y el exterior. ¡Aunque esto parezca estúpido, es la pura verdad! En todo caso, los dualismos primario y secundario reprimen y ofuscan esta pura conciencia organísmica —la propia Mente—, convenciéndole a uno de que las barreras entre el interior y el exterior, y entre el pasado y el futuro, son perfectamente reales, cuando a decir verdad todas las barreras no son más que meras convenciones simbólicas.

De ese modo el concienciamiento organísmico se *transforma* en concienciamiento centáurico. Pero, por término medio, incluso este concienciamiento centáurico, esta presión total de la existencia en el presente que transcurre, acaba por sucumbir a la represión con la emergencia del dualismo terciario, que destroza la coherencia del propio centauro. Sin embargo, como hemos visto, no es sólo el dualismo terciario lo que ofusca el concienciamiento centáurico, ya que entre el nivel existencial y el nivel egoico mora una extensa matriz de distinciones sociales introyectadas, que contribuyen enormemente a la ofuscación de la conciencia centáurica. Hablamos, evidentemente, de las franjas biosociales.

La gama biosocial se deriva sin lugar a dudas de los dualismos primario y secundario, en el sentido de que la cultura moldea y es moldeada según el principio de yo contra otro (dualismo primario), y en el sentido de que la cultura es lo que el hombre hace con la muerte (dualismo secundario). Pero fundamentalmente, esta gama del espectro es una matriz completa de distinciones, un amplio campo de dualidades, y dado que en todos los casos el dualismo significa inconsciencia, la banda biosocial contribuye inexorablemente a la represión del concienciamiento existencial, lo que significa ni más ni menos que la gama biosocial actúa como importante

filtro de la realidad. Los aspectos de la experiencia incapaces de penetrar este filtro social (del lenguaje, la ley, la ética, los tabúes, la lógica, las reglas y las metarreglas, etcétera) permanecen simplemente inconscientes. Así, cuando comenzamos a avanzar hacia los límites superiores del nivel existencial operando en la conciencia centáurica para traducirla a términos socialmente significativos, la propia socialización del concienciamiento existencial desecha gran parte de la realidad, sumiéndola en el inconsciente. Además, cabe agregar que el principal ingrediente de esta realidad desechada, este «inconsciente biosocial», es un depósito que contiene gran parte de nuestro concienciamiento centáurico y las pautas de la realidad que de otro modo revelaría. En palabras de Erich Fromm:

> Pero el efecto de la sociedad no es sólo canalizar ficciones hacia nuestra conciencia, sino también el de impedir el concienciamiento de la realidad... Cada sociedad, según su propio modo de vivir y de relacionarse, de sentir y de percibir, desarrolla un sistema de categorías que determina las formas del concienciamiento. Dicho sistema funciona, por así decirlo, como un *filtro socialmente condicionado*; la experiencia no puede llegar al concienciamiento, si no es capaz de penetrar dicho filtro... *Yo soy consciente* de todas las sensaciones y pensamientos que han logrado parar el triple filtro (socialmente condicionado) del lenguaje, la lógica y los tabúes (carácter social). Las experiencias incapaces de filtrarse permanecen ajenas al concienciamiento; es decir, permanecen inconscientes.[51]

Los residuos de la conciencia centáurica que logran sobrevivir al filtrado de la franja biosocial se convierten por fin y casi por completo en inconscientes con la generación del nivel egoico, ya que incluso en la gama biosocial, donde el concienciamiento existencial está enormemente ofuscado, el hombre sigue actuando y fundamentalmente sintiéndose como un centauro, una mente corporal: su ego es más o menos un ego corporal y su pensamiento es más o menos un pensamiento corporal. Pero con la aparición del dualismo terciario el hombre entrega su cuerpo y sacrifica todo contacto consciente con la conciencia centáurica. El dualismo terciario divide y reprime

el centauro, proyectándolo como psique contra soma, de modo que el hombre deja de ser consciente de sí mismo como centauro unificado, para serlo sólo como jinete independiente de su caballo, azotándolo o premiando su cuerpo «animal», ese asno que tiene por hermano, a fin de estimular la acción deseada. Sin embargo, no por ello muere el centauro; está simplemente enterrado en vida.

Tal es, pues, la emergencia del ego que, conviene subrayar, no es más que la floración del sentido de autoindependencia, nacido con el dualismo primario. También cabe ahora mencionar que, íntimamente vinculado con el ego, está lo que podríamos denominar el «inconsciente filosófico» del individuo, que consiste en todos los supuestos metafísicos inexplorados del individuo, sus paradigmas filosóficos personales pero no expuestos, así como las raíces de sus premisas intelectuales y mapas, que suele dar hasta tal punto por sentados que ya no los considera susceptibles de ser analizados críticamente. Esta franja del nivel egoico constituye, por así decirlo, una especie de analogía personal con el filtro social de la gama biosocial. A esto es a lo que Fromm se refiere cuando afirma que, «además de los tabúes sociales, hay elaboraciones individuales de dichos tabúes que difieren de familia en familia; un niño que tenga miedo de ser "abandonado" por sus padres, porque es consciente de ciertas experiencias que para ellos individualmente son tabúes, además de la represión social normal (de la franja biosocial), reprimirá también los sentimimentos que el aspecto individual del filtro impide que accedan al concienciamiento».[52]

En su sentido más amplio, la gama filosófica no es más que una *matriz personal de distinciones*, por encima y más allá de la matriz de distinciones sociales que constituyen la gama biosocial. Evidentemente, en muchos casos las franjas filosóficas son instrumentales en la generación del dualismo/represión/proyección cuaternario, y en todos los casos son instrumentales en su mantenimiento. Tengamos en cuenta que, en términos generales, la gama filosófica actúa como filtro personal, que impide el paso de aquellas experiencias que no son

consecuentes con su trama. Si la experiencia así filtrada es un «suceso externo», la percepción egoica convencional del mismo estará distorsionada; pero si la experiencia en cuestión es de origen personal, pasa entonces a formar parte inmediatamente de la sombra. Y poco importa que este filtro personal contenga estructuras filosóficas consideradas verdaderas o falsas según los cánones convencionales, ya que en todos los casos «hay más cosas en el cielo y en la tierra que las soñadas en nuestra filosofía» y si alguna de dichas «cosas» es de origen personal, acaba en la sombra. Así nace el dualismo cuaternario.

Por consiguiente, en el nivel egoico, el dualismo/represión/proyección cuaternario divide la psique, reprime su unidad esencial y, de ese modo, crea la sombra inconsciente, constituida por todas las tendencias y deseos reprimidos que el ego ha intentado derrotar, expulsándolos de la conciencia. En particular, es la unidad o armonía (*concordia discors*) de las tendencias de la psique lo que ahora se ha convertido en inconsciente y estos aspectos rechazados de la psique son los que reciben generalmente el nombre, no muy satisfactorio, de «contenido» de dicho inconsciente. Es evidente que en ciertos sentidos somos conscientes de dicha sombra, pero sólo de un modo indirecto y por consiguiente distorsionado, ya que la proyectamos en personas u objetos «externos» y nos desentendemos de ella de forma ilusoria.

Vemos, por consiguiente, que a cada nivel del espectro le corresponde un inconsciente o, mejor dicho, ciertos aspectos o procesos inconscientes. *Cada nivel del espectro tiene distintas características intrínsecas*: distintas necesidades, diferentes símbolos, distintos modos de concienciamiento, diferentes motivaciones, distintas compensaciones, etcétera. *Cuando un nivel determinado se convierte en inconsciente, también lo hacen las facetas principales de las características de dicho nivel.* Así, *el inconsciente se estratifica*, exactamente del mismo modo que está estratificado el espectro.

Pero fundamentalmente, sea cual fuere el nivel del espectro en el que existamos, el «total» del inconsciente consiste en

la suma de todas aquellas características y aspectos del universo con los que, en el nivel en cuestión, hayamos dejado de identificarnos, así como los mapas dualistas que tanto contribuyen al filtrado de nuestra identificación con dichos aspectos. Asimismo, bajo las condiciones generales de cualquier nivel de represión, esos aspectos con los que hemos dejado de identificarnos sólo podrán entrar en el campo del conciencia-miento de un modo indirecto y distorsionado, presentándose como objetos «externos», ajenos y potencialmente amenazadores. En el nivel de la sombra, por ejemplo, ya hemos perdido el contacto directo con el medio ambiente, con el cuerpo, e incluso con partes del ego, por lo que sólo somos conscientes de esos aspectos ahora «inconscientes» de un modo ilusorio; parecen objetos ajenos, externos, potencialmente amenazadores; no son más que vagos reflejos de un paraíso perdido y una unión olvidada. Como Philosophia le dijo a Boecio en su dolor: «Has olvidado quién eres.»

Es imprescindible agregar que, por diferentes que sean dichos niveles del inconsciente, a fin de cuentas emergen *todos* del dualismo primario. A partir del momento en que el observador se desvincula de lo observado, dicho observador se convierte en un punto ciego del universo, por la simple razón de que el observador no puede verse a sí mismo observando. Ningún sistema de observación puede observar la totalidad de sí mismo y por consiguiente, en estas circunstancias, siempre queda algo necesariamente excluido (que antes hemos visto como principios de incertidumbre e inconclusión y que ahora vemos en su operación psicológica). El universo gira sobre sí mismo y se pierde, ya que al hacerlo parece generar el «otro» y convertirse así en extraño consigo mismo. Es precisamente ese punto de ceguera primordial, por así decirlo, lo que actúa como una especie de cristal de germinación, alrededor del cual crece, con cada nivel sucesivo del espectro, una nueva capa de «algo rechazado», de inconsciencia, de modo que cada capa no es más que una «ampliación» debida a un nuevo dualismo del punto inicial de la ceguera. Esto, en resumen, es la evolución del espectro de la conciencia.

El segundo aspecto que debemos mencionar es el de la evolución de los propios niveles individuales, ya que debe ser evidente que el espectro no sólo evoluciona con una especie de movimiento vertical «ascendente y expansivo» que se aleja progresivamente del nivel mental, sino que también los propios niveles individuales evolucionan y se «extienden» en una especie de movimiento horizontal. El crecimiento y evolución de nuestro intelecto, procesos lingüísticos, imagen personal, concienciamiento corporal y otros fenómenos relacionados con los niveles individuales, son objeto de intensa investigación, tanto en los individuos como en el conjunto de las especies, por parte de científicos y pedagogos, antropólogos y sociólogos. Asimismo, la forma en que dichos cambios afectan a nuestra «inmersión en la conciencia cósmica» ha sido ampliamente estudiada por investigadores tan prestigiosos como Teilhard de Chardin, Bucke, Sri Aurobindo, Jean Gebser, William I. Thompson, Rozak, Von Weizacher, entre otros. El caso es que, si bien el propio nivel mental —por ser atemporal e inespacial— no evoluciona, por su forma de manifestarse en los demás niveles del espectro parece realmente evolucionar.

El tercer punto hace referencia a los aspectos cronológicos de la evolución del espectro, lo cual resulta difícil de comprender debido a lo que Schroedinger denominó el «peculiar calendario de la Mente», es decir, el hecho de que no conoce el pasado ni el futuro, el antes ni el después.[53] Por consiguiente, como hemos intentado señalar, la evolución del espectro no es una evolución real de la Mente en el espacio y en el tiempo, sino una evolución fingida que se manifiesta en dichas dimensiones. Así pues, la descripción de la evolución de las siete gamas del espectro y de los cuatro dualismos principales, como si tuviera lugar en el tiempo, no es más que una concesión a nuestras pautas arraigadas de pensamiento y lenguaje, que traducen necesariamente la simultaneidad de los sucesos que tienen lugar en el momento atemporal a una representación lineal y temporal. La evolución temporal del espectro de la conciencia no es más que una descripción, una organización en términos lineales, de la simultaneidad eterna.

Al estudiante de la ciencia hindú del yo (*adhyatmavidya*), esta idea no le supondrá dificultad alguna, ya que es análoga a la doctrina *Adhyatmavidya* de la involución (*Nivritti Marga*) y la evolución (*Pravritti Marga*) del yo, el Atman-Brahma.

> La vida o vidas del hombre pueden considerarse como constituyendo una curva, un arco de experiencia temporal subtendido por la duración de la voluntad individual de vida. El movimiento exterior de dicha curva —evolución, camino de la lucha por el porvenir, *Pravritti Marga*— se caracteriza por la autoaserción. El movimiento interior —involución, camino de regreso, *Nivritti Marga*—, se caracteriza por el incremento de la autorrealización. La religión de los hombres en el camino exterior es la religión del tiempo; la religión de aquellos que regresan es la religión de la eternidad.[54]

El proceso de involución y evolución del yo se interpreta como un drama universal del juego eterno (*lila, krida, dolce gioco*)[55] del escondite, de la creación y la redención, de la manifestación y la disolución, del anabolismo y el catabolismo, pero el único actor en este drama es sólo y exclusivamente el yo, interpretando infinidad de papeles (como tú y yo), sin dejar nunca en absoluto de ser completamente sí mismo, inespacial y atemporal, entero y sin división. En nuestro estado limitado y temporal, dividimos este drama en dos etapas —la de la involución y la de la evolución—, cuando en realidad ambas fases son un solo aspecto. En verdad, no hay involución ni evolución a lo largo del tiempo ya que, tanto si nos damos cuenta de ello como si no, el yo permanece por encima del tiempo en el momento eterno. Lo mismo ocurre con lo aparente evolución del espectro de la conciencia. Ya que nos hemos limitado a explicar el *pravritti marga* en términos modernos, hemos evitado cuidadosamente atribuir cronología alguna a los cuatro dualismos principales. Desde el punto de vista del tiempo, nos hemos limitado a sugerir que los cuatro dualismos principales tienen lugar en el orden que hemos indicado, empezando por el primario y acabando por el cuaternario. Sin embargo, esto no significa que dichos dualismos, en su aparente evolución histórica, no constituyan un campo de

estudio perfectamente legítimo. Por el contrario, se trata de un campo de suma importancia. El dualismo primario, por ejemplo, ha sido enfocado desde un punto de vista antropológico por investigadores interesados en dicho período de la evolución del hombre, cuando éste aprende a separarse a sí mismo de su medio ambiente. También ha sido estudiado en el desarrollo individual del niño, cuando éste aprende a separarse de su mundo más inmediato. El trabajo en este campo de intelectuales como Freud, Piaget, Werner, Cassirer y Arieti, entre otros, representa una contribución sumamente valiosa.

Sin embargo, no son los aspectos temporales los que nos interesan primordialmente, ya que *el hombre reinterpreta sus dualismos principales en este mismo momento*, y sólo cuando los observa a través de la mirada de soslayo del tiempo opta por encuadrar en un orden cronológico lo que en realidad sigue siendo atemporal. Cómo nos separamos ilusoriamente, en este mismo momento, de nuestro universo, de nuestro cuerpo e incluso de nuestros pensamientos, constituye nuestra primordial preocupación. Esta separación, esta caída, forma parte inseparable de nuestra fe implícita en que el universo avanza linealmente, en una secuencia unidimensional que denominamos «tiempo» y por consiguiente nuestra redención equivale a fin de cuentas a liberarnos de la ilusión de la historia, de la visión de túnel que presenta la eternidad como vinculada a una secuencia denominada pasado, presente y futuro. Y, aquí, no cabe historia que nos libere de la historia, de esa pesadilla de la que Stephen y todos los seres sensibles deben, a fin de cuentas, despertar.

# 6. ESTUDIO DE LAS TRADICIONES

El ilustre psicólogo y destacado filósofo norteamericano William James ha expresado nuestra contención básica (metafórica) con suma precisión:

> Contemplemos la percepción externa, la sensación directa que nos producen, por ejemplo, las paredes de esta sala. ¿Podemos afirmar que lo psíquico y lo físico son absolutamente heterogéneos? Por el contrario, su heterogeneidad es tan escasa que si adoptamos el punto de vista del sentido común, si hacemos caso omiso de explicaciones inventadas —ondas moleculares y etéreas, por ejemplo, que en el fondo son entidades metafísicas—, y si, resumiendo, aceptamos ingenuamente la realidad, con la inmediatez con que se nos ofrece, esa realidad sensible en la que reposan nuestros intereses vitales y de la que proceden todos nuestros actos, *esa realidad sensible y la sensación que tenemos de la misma son absolutamente idénticas entre sí, en el momento en que la sensación se produce. La realidad es en sí una apercepción...* En este caso, el contenido de lo físico no es otra cosa que lo psíquico. Sujeto y objeto confundidos, por así decirlo.[1]

Que la realidad sea ese puro concienciamiento no dual (apercepción, como James lo denomina) es perfectamente sencillo, aunque sigue siendo muy difícil comprenderlo plenamente, ya que con la emergencia del dualismo primario (y la de los demás dualismos) nuestra percepción del mundo y de nosotros mismos se convierte, en cierto modo, en ilusoria. Como lo señala Brown, el «mundo es indudablemente sí mismo (es decir, indiferenciado de sí mismo)», pero a partir del momento en que emerge el dualismo primario, el mundo ha reaccionado «para convertirse en distinto de sí mismo y, por

consiguiente, en falso consigo mismo». Pero esa «falsedad» no puede ser real, puesto que, no obstante, el mundo siempre sigue siendo en realidad indistinto de sí mismo y por consiguiente la distinción ha de ser ilusoria; he ahí el sentido en el que utilizamos dicho término.

A nivel superficial, esto no parece en modo alguno un buen augurio y corrompe de tal modo el sentido común que la mayoría retrocedemos asustados. Si a esto le agregamos el hecho de que el concienciamiento no dual no es en absoluto una idea, sino algo mucho más próximo a lo que entendemos por «pura experiencia»,[2] que hablando con propiedad no se puede caracterizar plenamente con palabras (ya que las propias palabras forman *parte* de la experiencia), no es sorprendente que la mayoría de la gente huya aterrada para refugiarse en alguna de las abundantes y cómodas ideologías. Por si fueran pocas las dificultades, en el momento en que algún escritor, desde Schroedinger hasta Ramana Maharashi, intenta describir el concienciamiento no dual para intentar despertarnos de dicho sueño, aun a sabiendas de que su gesto es fútil aunque necesario, las paradojas y contradicciones lógicas necesariamente resultantes le convierten en presa inevitable de cualquier pedante de las escuelas filosóficas que desee ensañarse con él. La siguiente anécdota referida a Shankara, el célebre sabio hindú y autor del Vedanta, servirá de ejemplo:

> Cierto rey de la India, con una mente muy lógica y realista, acudió a Shankara para que le instruyera sobre la naturaleza de lo absoluto. Cuando Shankara le dijo que considerara toda su riqueza y poder real como simples ilusiones fenoménicas procedentes de su absoluto yo, que es la base de todas las cosas, el rey se mostró incrédulo. Y cuando le dijo que el único y exclusivo yo aparecía como múltiple debido sólo a los dualismos de su ignorancia, el rey decidió inmediatamente someter a Shankara a una prueba, que determinaría si el sabio sentía realmente que esta existencia no era diferente de un sueño.
>
> Al día siguiente, cuando Shankara se acercaba al palacio para darle una nueva lección al rey, soltaron deliberadamente un enorme y enfurecido elefante en dirección a Shankara. Cuando el sabio vio que la bestia se le acercaba, dio media vuelta y echó a correr aparente-

mente muy acobardado, y cuando el animal estaba a punto de alcanzarle, desapareció de la vista. Cuando el rey le encontró, estaba sentado sobre una alta palmera, que había escalado con notable destreza. Después de que capturaran y encerraran al elefante, el famoso Shankara se presentó empapado de sudor ante su discípulo.

El rey, evidentemente, se disculpó por tan lamentable y casi fatal accidente. A continuación, con una enorme sonrisa en el rostro, pero fingiendo hablar con gran seriedad, preguntó por qué el venerable sabio había optado por la fuga física cuando en realidad debía saber con toda seguridad que el elefante era puramente ilusorio.

Shankara respondió: «Efectivamente, en el fondo de la verdad, el elefante es irreal e ilusorio. No obstante, usted y yo somos tan irreales como el elefante. Sólo su ignorancia, ofuscando la verdad con este espectáculo de fenómenos irreales, ha hecho que su alteza me viera ilusoriamente, encaramándome a un árbol irreal».[3]

El caso es que el concienciamiento no dual del yo no es una mescolanza luminosa de papilla indiferenciada, que funda el universo convirtiéndolo en un gigantesco montón monista de arcilla. En realidad, el universo existe exactamente tal como lo percibimos (cuando el sentido y la sensibilidad son todavía no duales), pero no necesariamente como lo calificamos y dividimos en cosas independientes distribuidas por el espacio y por el tiempo. «¡Ver! ¡Ver¡ ¡Ver!», exclamaba Rumi. Y es ese «ver», antes de dividirlo en ver y ser visto, esa «apercepción» no dual que James denomina la propia realidad, lo que debemos descubrir.

Como ayuda para orientarnos en este descubrimiento explicaremos ahora brevemente, en forma diagramada, lo que ya hemos expuesto de un modo más lógico y lineal. Utilizaremos imágenes, diagramas y esquemas —es decir, en género imaginativo de elaboración simbólica usado en la forma analógica— como suplemento de las descripciones un tanto formales presentadas anteriormente. A continuación, con la ayuda de dichas representaciones diagramadas, compararemos el espectro de la conciencia con las psicologías de las grandes tradiciones metafísicas.

El diagrama más simple que representa el espectro de la conciencia es el de la figura 3 del capítulo anterior. En dicho

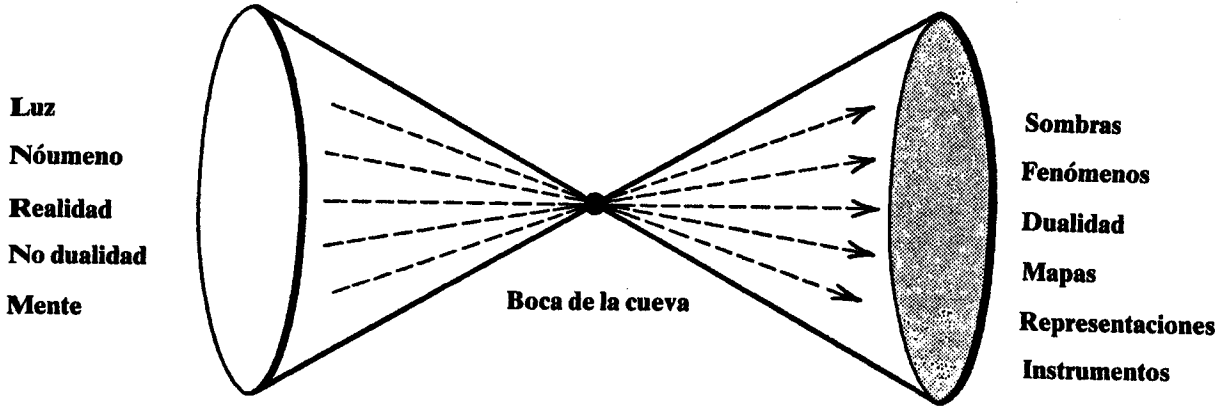

Luz
Nóumeno
Realidad
No dualidad
Mente
Boca de la cueva
Sombras
Fenómenos
Dualidad
Mapas
Representaciones
Instrumentos

Figura 4

esquema están dibujados los cuatro dualismos principales, así como seis gamas del espectro, de modo que pueden ser fácilmente comparados con la descripción lineal que precede. Es preciso subrayar que el mayor problema de este y de todos los demás diagramas es el hecho de que el nivel mental esté simplemente representado como cualquier otro nivel del espectro, lo cual no es cierto en este sentido. Quizá sería preferible que el propio papel representara a la Mente y dibujar entonces los demás niveles superpuestos en el papel. (Esto, como veremos más adelante, era exactamente lo que hacía el fallecido gran maestro del Zen, Harada.) Pero si uno se limita a recordar que el nivel de la Mente no es un nivel como cualquier otro, sino más bien el «no nivel» que sirve de «base» a todos los demás niveles, la figura 3 puede resultar útil.

El diagrama tridimensional de la figura 5 pretende representar el mismo espectro desde un ángulo ligeramente distinto, y está vagamente inspirado en la metáfora clásica de la caverna de Platón. Platón consideraba que el hombre, en su estado natural (*avidya*), es como si se encontrara en el interior de una caverna, de espaldas a la boca de la misma. En el exterior brilla la luz de la realidad eterna, pero el hombre —de espaldas a la misma— sólo ve las sombras de la realidad proyectadas en el fondo de la caverna y concentra su atención en ellas, viendo sólo sueños y reflejos, pero nunca la propia realidad. Tanta es la fascinación que dichas sombras le producen que elabora grandes sistemas de «ciencia» y de filosofía alrededor de dichos fantasmas ilusorios. Un buen día alguien logra escapar de la caverna, ve la realidad, y cuando regresa les dice a los demás: «Amigos, no vais a creerlo, pero...». En nuestro diagrama, las sombras representan el conocimiento simbolicocartográfico, las imágenes que nos formamos de la realidad, el modo dualista de conocimiento; mientras que la luz representa el concienciamiento no dual, la subjetividad absoluta, yo-yo, Brahma, como se indica en la figura 4.

A lo largo de esta obra, hemos ampliado ligeramente la idea de Platón, sugiriendo que existen *niveles* de sombras, representados por las diversas gamas del espectro de la concien-

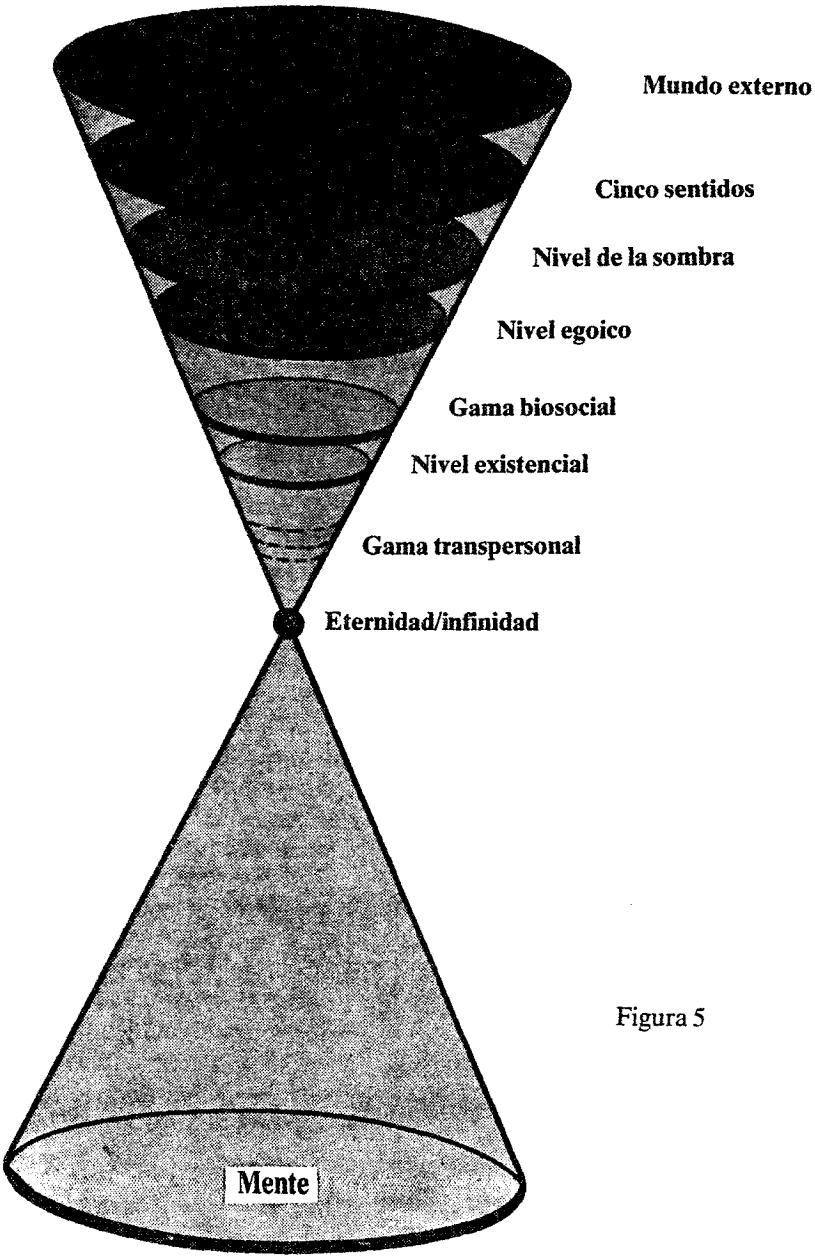

Mundo externo
Cinco sentidos
Nivel de la sombra
Nivel egoico
Gama biosocial
Nivel existencial
Gama transpersonal
Eternidad/infinidad
Mente

Figura 5

cia. Al superponer dichas gamas en la figura 4, el esquema resultante es el de la figura 5, que no es más que una simple combinación de las figuras 3 y 4. Las gamas del espectro de la conciencia se muestran en la mitad superior de la figura con forma de reloj de arena y representan la identificación de la subjetividad absoluta con diversos objetos y sujetos, identificación que se hace progresivamente más estrecha, restringida y exclusiva, conforme «se sube» por el espectro desde la gama transpersonal hasta el nivel de la sombra. La mitad inferir del recipiente representa la luz, el nóumeno, la subjetividad absoluta, la Mente, la cabeza divina, Tao, Dharmadhatu, Sunyata, Brahma, o como uno prefiera denominarlo. Una vez más, el problema con este diagrama es el hecho de que represente a la Mente separada por el espacio de los demás niveles y de que tenga unas dimensiones espaciales cónicas, ya que tanto lo uno como lo otro es engañoso. Para minimizar estas enormes dificultades, hemos señalado el punto único de intersección entre los conos superior e inferior, denominándolo eternidad/infinidad, ese absoluto aquí y ahora que es la Mente, el «círculo cuyo centro está en todas partes y cuya circunferencia no está en ningún lugar», el «punto fijo del mundo en movimiento», un «punto sin posición ni dimensiones y ahora sin fecha ni duración». En realidad, dado que este punto de aquí y ahora *es* la Mente, podíamos haber prescindido de la mitad inferior del reloj de arena, pero esto habría sido excesivo para la imaginación de la mayoría y, teniendo en cuenta cuán expresiva es la metáfora de la caverna de Platón, hemos optado por representar el cono inferior. Sin embargo, conviene recordar estas connotaciones específicas cuando se haga referencia a la figura 5.

Ahora, con la ayuda de las figuras 3 y 5, compararemos nuestra descripción del espectro de la conciencia con las de las grandes tradiciones metafísicas, incluidos el Zen, el budismo yogacara, el hinduismo vedanta y el vajrayana tibetano, así como los expuestos por célebres investigadores individuales como Hubert Benoit.[4] Empezaremos con un sistema consistente y espectacular, el vedanta advaita.

La psicología vedanta se basa en la introspección experimentalmente verificable de que Brahma/Atman es la única realidad y su objeto primordial es facilitar una explicación pragmática que aclare «por qué» el hombre no alcanza a asimilar su identificación básica y suprema con Brahma. En general, la aceptación ciega de los dualismos y distinciones por parte del hombre se debe a su ignorancia (*avidya*), que le conduce de lleno al mundo de las ilusiones (*maya*) y por consiguiente a un mundo de sufrimiento (*samsara*, ronda de vida/muerte). Desde un punto de vista psicológico, dicha ignorancia de Brahma se caracteriza por la superposición (*adhyasa*) de las técnicamente denominadas «pantallas» (*kosas*) «sobre» o «encima de» la realidad subyacente de Brahma/Atman, de modo que el hombre se identifica con dichas *kosas* y por tanto ofusca aparentemente (pero no en realidad) su auténtica identificación con lo absoluto. La psicología vedanta es una fenomenología detallada de lo que a fin de cuentas no es más que un caso universal de identidad equivocada. Simplemente no nos damos cuenta de quiénes somos, pero lo que *creemos* que somos consta de diversas pantallas (*kosas*) con las que, en nuestra ignorancia, nos identificamos inadvertidamente.

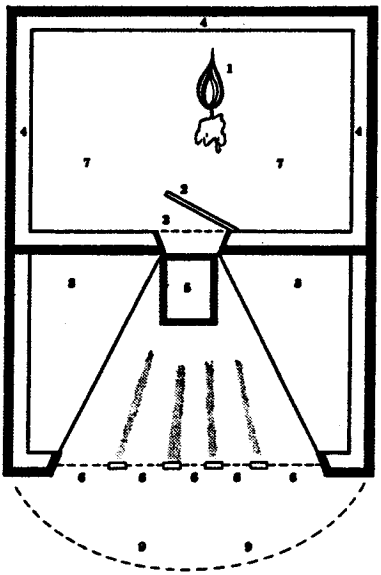
En la psicología vedanta, dichas pantallas se interpretan casi como las capas de una cebolla, con la realidad de Atman «sepultada» en el centro de la misma, de modo que la liberación se alcanza separando esos niveles de identificación errónea (o simplemente viendo a través de los mismos) y fundiéndose con el centro, que es la verdadera base de las diversas capas ilusorias.[5] Siguiendo con esta metáfora, la capa, pantalla o «piel» exterior de dicha cebolla se denomina *annamayakosa*, la pantalla de la existencia física. Representa la conciencia ordinaria del hombre despierto (*jagarita-sthana*), su identificación primitiva con el ego encapsulado en su cuerpo físico (*sthula-sarira*, el «cuerpo ordinario»). Las próximas tres capas constituyen el denominado «cuerpo sutil» (*suksma-sarira*) y son la pantalla de la vitalidad (*pranamyakosa*), la pantalla de la discriminación (*manomayakosa*) y la pantalla del raciocinio (*vijnanamayakosa*). La pantalla de la vitalidad corres-

ponde aproximadamente a lo que nosotros denominamos voluntad de vivir, ese impulso ciego de supervivencia, de continuidad, de seguir adelante. Las pantallas de discriminación y raciocinio corresponden a nuestra arraigada tendencia —en parte innata y en parte adquirida a través del lenguaje y de la lógica— y a la dicotomía de la existencia, a sobrecargar la realidad con dualidades y distinciones. La capa más próxima del centro, la pantalla de la bienaventuranza (*ananda-mayakosa*), comprende el «cuerpo causal» (*karana-sarira*) y lo experimenta todo el mundo en estado de ensueño profundo carente de sueños (*susupti*), así como en ciertos tipos de meditación. Las dualidades y distinciones no desaparecen por completo en este nivel, pero se armonizan con tanta perfección que en este estado se experimenta una profunda relajación y bienaventuranza (*ananda*). Se denomina también «cuerpo causal» debido a que es base y «causa» de todas las demás pantallas. Por fin, después de eliminar esta última capa, sólo queda la realidad pura del centro, la no dualidad absoluta, inefable, indescriptible, la conciencia de Brahma, subyacente en las cinco pantallas y los tres cuerpos.[6] Deutsch señala que el análisis advaítico del yo en cinco pantallas

> muestra que no hay discontinuidad de conciencia, que hay una sola conciencia, a saber, la ligada a Atman, que se manifiesta en distintos estados debido a los diversos *upadhis* o identificaciones erróneas del yo con uno o varios aspectos del yoísmo fenoménico.[7]

A estas alturas debe ser evidente que la psicología vedanta de las pantallas corresponde muy de cerca a lo que hemos denominado espectro de la conciencia, y que las propias pantallas representan distintos niveles del espectro. Así, la pantalla exterior del «cuerpo ordinario» corresponde al nivel egoico, el yo, separado del cuerpo físico u ordinario y, por consiguiente, esclavo del mismo. Las tres pantallas intermedias de los procesos de la voluntad y del raciocinio (el «cuerpo sutil») corresponden al nivel existencial, donde la represión de la muerte genera la voluntad ciega de vivir («pantalla de la vita-

lidad») y donde los procesos fundamentales de discriminación (las pantallas de discriminación y raciocinio) inician el endurecimiento de los dualismos. La pantalla interna de la bienaventuranza («cuerpo causal»), donde el hombre trasciende su ego y su cuerpo físico, corresponde a la gama transpersonal, y por fin el propio centro, el Brahma/Atman absoluto, corresponde a nuestro «no nivel» de la Mente.



| Explicaciones de Ramana | | (Espectro de la conciencia) |
|---|---|---|
| 1. Llama | yo | nivel de la Mente |
| 2. Puerta | sueño | susupti-gama transpersonal |
| 3. Umbral | principio intelectual | discriminación básica (nivel existencial) |
| 4. Muro interior | ignorancia | dualismo primario |
| 5. Espejo | ego | nivel egoico |
| 6. Ventanas | cinco sentidos | cinco sentidos |
| 7. Cámara interior | cuerpo causal | gama transpersonal |
| 8. Cámara intermedia | cuerpo sutil | nivel existencial |
| 9. Patio | cuerpo ordinario | nivel egoico |

Figura 6

Las figuras 6 y 7 muestran la estrecha similitud existente entre la psicología vedanta de las pantallas y el espectro de la

conciencia. La figura 6 es un esbozo de la psicología vedanta, realizado por el ilustre Sri Ramana Maharashi.[8] Al pie figura la explicación de Ramana y a continuación, entre paréntesis, la correspondencia con el espectro de la conciencia. La luz corresponde por tanto al nivel de la Mente, la puerta al nivel existencial, el espejo al del ego, etcétera. La figura 7 muestra la misma correspondencia, pero en este caso el diagrama del espectro de la conciencia se presenta con las pantallas paralelas de la psicología vedanta, debidamente identificadas.

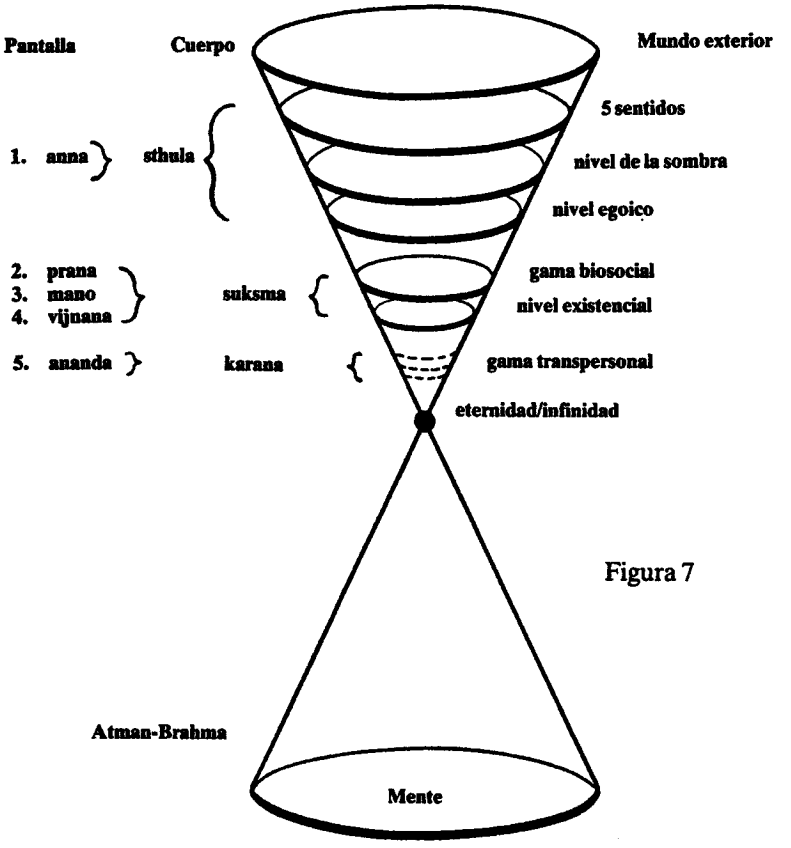



Figura 7

Existen, como es lógico suponer, ciertas diferencias entre la psicología vedanta de las pantallas y nuestra descripción del espectro de la conciencia, pero esencialmente hay un acuerdo perfecto entre ambas, lo cual refleja la naturaleza universal de la *philosophia perennis*, de ese «consenso filosófico de alcance universal». Trasladándonos ahora de la psicología del hinduismo vedanta a la del budismo mahayana, no nos sorprenderá descubrir el amplio acuerdo existente entre el espectro de la conciencia y la psicología mahayana, especialmente en la presentación de Asanga y Vasubandhu, y ampliada en textos como el *Lankavatara Sutra*, el *Despertar de la fe* y el *Platform Sutra*. D. T. Suzuki resume la idea esencial de la psicología mahayana:

> La mente, incluidas Citta, Manas y otros seis vijnanas (éstos son niveles del espectro de la conciencia, como aclararemos más adelante), en su naturaleza original (*svabhava*) es callada, pura y está por encima del dualismo sujeto/objeto. Pero aparece el principio de particularización conocido como «vishaya», derivado de la raíz *vish* que significa «actuar», «trabajar»; y con la aparición de este viento de acción se agitan las olas en la tranquila superficie de la mente. Está ahora diferenciado o en evolución (*vritti*) hacia ocho vijnanas (o niveles): Alaya, Manas, Manovijnana y los cinco sentidos; y simultáneamente con esta evolución, pasa a existir la totalidad del universo, con sus numerosas formas e interminables enredos.[9]

En los aspectos esenciales, esto es muy similar a nuestra descripción de la evolución del espectro de la conciencia, y cuando a continuación describamos las ocho *vijnanas* de la psicología mahayana señalaremos simultáneamente los niveles correspondientes del espectro de la conciencia. Así, la *Citta* o Mente corresponde al nivel de la Mente, la conciencia absoluta y no dual. Con la aparición del primer dualismo, evolucionan las ocho *vijnanas*, la primera de las cuales es *alaya-vijnana*, la «conciencia de almacenamiento», así denominada por ser aquí donde se reúnen y conservan las «semillas» fenoménicas (*vasanas* o *bija*) o arquetipos de todas las acciones humanas (*karma*), que acabarán por influir en todo acto futu-

ro. Por consiguiente, *alaya* es similar al cuerpo causal del vedanta y muchos investigadores consideran que equivale aproximadamente al inconsciente colectivo de Jung. En todo caso, por el hecho de ser supraindividual, corresponde a la gama transpersonal.

La próxima *vijnana* o nivel, que se desplaza hacia «arriba y el exterior» desde la pura Citta, se denomina *manas*, de la raíz *man* que significa «pensar» y «determinar». Según la psicología mahayana, *manas* desempeña tres funciones interrelacionadas. En primer lugar, es sede de las tendencias dualistas del hombre:

> La función de Manas es esencialmente la de reflejar en la (Mente) y crear y discriminar el sujeto y el objeto de la pura unicidad de la (Mente). La memoria acumulada (*ciyate*) en ésta se divide ahora (*viciyate*) en dualidades de todas las formas y todos los géneros.[10]

La segunda función de la *manas* es una prolongación de la primera; es decir, que la propia *manas* «llega a convertirse en fuente de grandes calamidades al crear deseos basados en juicios erróneos (es decir, dualismo), como cuando cree en la realidad de una sustancia egoica y se aferra a la misma como verdad absoluta. Ya que Manas no es sólo una inteligencia discriminadora, sino un órgano voluntarioso, y por consiguiente un actor».[11] *Manas* es, por consiguiente, la fuente general de la voluntad y específicamente la fuente de la voluntad de vivir. En otras palabras, esto corresponde al segundo dualismo principal, en el que el hombre separa la vida de la muerte y se siente arrojado a una compulsión ciega por sobrevivir. Estas dos funciones, de discriminación básica y voluntad, dan pie a la tercera función de *manas*; en palabras de Kapleau, se convierte en la fuente persistente del concienciamiento egoico, la perniciosa sensación de que «yo» existo como sujeto aislado de todas mis experiencias. Por tanto, la *manas* es fácilmente reconocible como nivel existencial.

Prosigue la evolución de las *vijnanas*: «A partir del momento en que Manas genera el dualismo de sujeto y objeto a

partir de la unidad absoluta, Mano-vijanana y, sin duda, todas las demás vijnanas comienzan a actuar».[12] El próximo nivel, la *manovijnana*, se traduce generalmente como «intelecto», como suma total de nuestro potencial simbólico y de abstracción. Se dice que la *manovijnana* se refleja en los dualismos básicos de las *manas* y de este proceso emanan todas nuestras conceptualizaciones más abstractas y etéreas. En otras palabras, la intelección latente en *manas* emerge con toda su plenitud en la *manovijnana*. Así pues, con la *manovijnana*, el individuo se identifica con su intelecto y, por consiguiente, con la valoración intelectual de sí mismo, es decir, su ego. Por tanto, la *manovijnana* corresponde al nivel egoico. Finalmente, las cinco *vijnanas* restantes corresponden sencillamente a los cinco sentidos. Suzuki resume admirablemente la psicología mahayana de las ocho *vijnanas*:

> En un principio (es decir, el «principio permanente» del momento eterno) se encontraba la memoria acumulada en la Alaya (las denominadas «semillas») desde el pasado sin comienzo como causa latente, en la que todo el universo de objetos individualizados mora con los ojos cerrados; entonces interviene Manas con su inteligencia discriminatoria y el sujeto se distingue del objeto (dualismo primario); Manovijnana se refleja en la dualidad y de ahí emana un encadenamiento de juicios con sus consiguientes prejuicios y vinculaciones, mientras las otras cinco vijnanas los obligan a hacerse más y más complejos, no sólo desde el punto de vista intelectual, sino afectivo y cinestésico. Todos los resultados de estas actividades aromatizan a su vez la Alaya (es decir, la «vuelven a sembrar»), fingiendo un despertar de la vieja memoria, mientras la nueva encuentra sus afinidades con la antigua. Entretanto, sin embargo, la propia Alaya permanece inmóvil conservando su identidad.[13]

Como siempre, la *alaya* —que en el pasaje anterior se utiliza como sinónimo de *Citta*, nóumeno absoluto—, al igual que Atman y el nivel mental, conserva realmente su identidad aunque aparentemente evoluciona en varios niveles, de modo muy parecido al de una vela en una sala de espejos, cuyos reflejos dan la impresión de que se haya convertido en numero-

sas velas, cuando en realidad conserva en todo momento su identidad.

La figura 8 ha sido adaptada a partir de un dibujo del maestro del Zen, Harada, en el que se muestra la relación de las ochos *vijnanas*. Una vez más, la correspondencia entre las *vijnanas* y los niveles del espectro se muestra entre paréntesis. A fin de que la correspondencia sea más clara, en la figura 9 se muestra un diagrama del espectro de la conciencia, con las correspondientes *vijnanas* junto a los respectivos niveles.

El budismo Zen, en tanto se le reconoce como secta del budismo mahayana, coincide naturalmente con la psicología de las ocho *vijnanas*. Sin embargo, a lo largo de los tiempos,

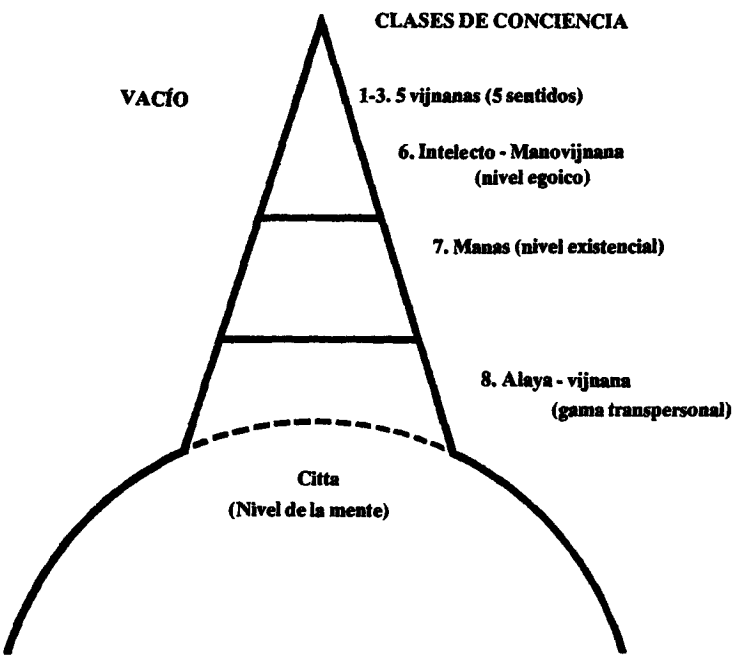



Figura 8

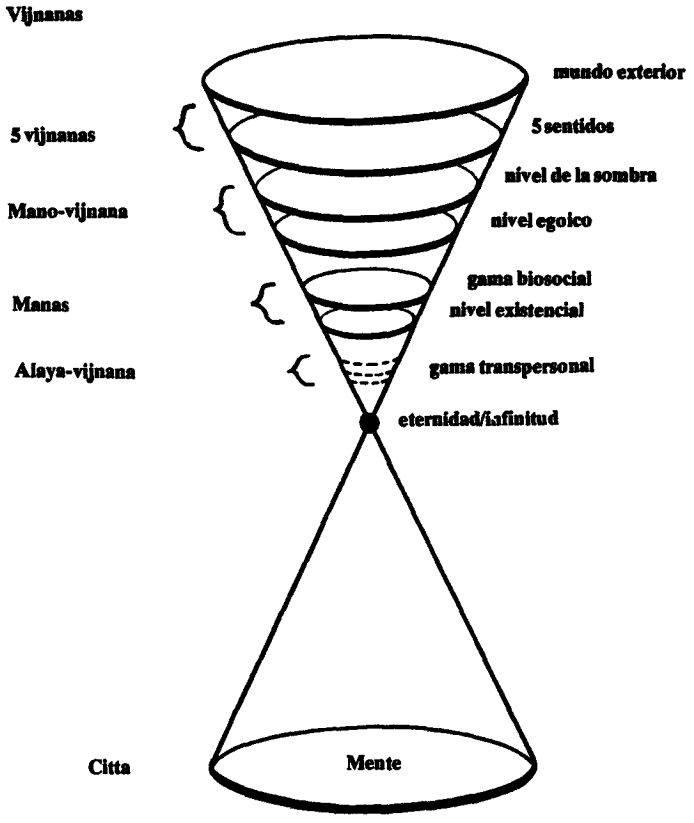



Figura 9

diversos maestros del Zen han desarrollado lo que resulta ser una interpretación personal de la psicología de las ocho *vijnanas*, elaborándola y adaptándola para ajustarla mejor a su propio estilo pedagógico. Entre dichos maestros cabe destacar a Hui-neng, sexto patriarca de Ch'an, cuyas profundas introspecciones psicológicas se muestran en *Platform Sutra*. La psicología de Hui-neng se resume en la figura 10, que con-

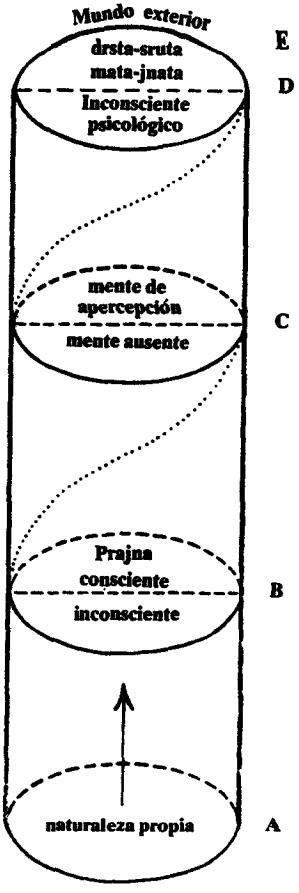



Figura 10

siste en un esquema realizado por el doctor Suzuki para explicar los aspectos esenciales de la doctrina de Hui-neng. El diagrama contiene cinco niveles, que por convenciencia hemos catalogado de la «A» a la «E».

¿Cómo corresponden los niveles de la figura 10 a los del espectro de la conciencia? Empecemos por el nivel «A», denominado «naturaleza propia». El hecho de «ver en la natura-

leza propia» era uno de los puntales de las enseñanzas de Hui-neng y ha seguido siendo un tema fundamental del Zen hasta nuestros días. «Naturaleza propia» es sinónimo de «naturaleza buda», que el *Nirvana Sutra* declara intrínseca en todos los seres y, por consiguiente, «ver en la naturaleza propia» equivale ni más ni menos que a alcanzar el estado de buda. Previsiblemente, dicha visión se consigue a través de *prajna*, el modo no dual de conocer, y, por consiguiente, naturaleza propia y *prajna* son dos términos importantísimos en el pensamiento de Hui-neng. En el fondo, evidentemente, la naturaleza propia y *prajna* son idénticas, puesto que en la infinidad y eternidad del estado de buda, el *conocimiento* y el *ser* están fusionados, aunque *convencionalmente* se hable de ellos por separado. Así pues, el nivel «A» y el «B», denominados respectivamente «naturaleza propia» y «*prajna*», son en realidad exactamente lo mismo («naturaleza propia es *prajna*»),[14] y corresponden al nivel mental.

La separación convencional de la naturaleza propia y *prajna* en dos niveles («A» y «B») es, no obstante, sumamente significativa, en particular teniendo en cuenta que el nivel de *prajna* (nivel «B») está dividido en dos por una línea intermitente, mientras que éste no es el caso en el nivel de la naturaleza propia (nivel «A»). La línea intermitente del nivel «B» representa la primera división, el dualismo primario, donde el vacío y la naturaleza propia no dual *parecen* dividirse en sujeto y objeto. Debido a que dicho dualismo es aparente e ilusorio, el nivel de la naturaleza propia no contiene ninguna línea intermitente. Comentando el pensamiento de Hui-neng, Suzuki explica:

> Cuando tenemos una experiencia, como, por ejemplo, la de ver un árbol, lo único que tiene lugar en aquel momento es el hecho de percibir algo. No sabemos si dicha percepción nos pertenece, si reconocemos que el objeto percibido sea ajeno a nosotros. La cognición en sí de un objeto externo ya presupone una distinción entre dentro y fuera, sujeto y objeto, percibidor y percibido. Cuando dicha separación tiene lugar... se olvida la naturaleza primaria de la experiencia... (Esta naturaleza primaria o naturaleza propia) hace referencia al mo-

> mento anterior a la separación de la mente y el mundo, cuando todavía no existe una mente enfrentada al mundo externo, que recibe sus impresiones a través de los distintos canales sensoriales. No sólo la mente no ha adquirido todavía existencia, sino que tampoco la ha adquirido el mundo. Esto es lo que podemos denominar un estado de vacío perfecto... (Entonces) emerge un pensamiento en el seno del vacío; esto es... la separación del inconsciente y la conciencia o, en términos lógicos, la emergencia de la antítesis dialéctica fundamental.[15]

La afirmación «emerge un pensamiento» equivalente exactamente a las palabras de Asvaghosha «aparece de pronto un pensamiento» y a las de G. S. Brown «hágase la distinción»; como se ha dicho anteriormente, no se trata de una intelección plenamente desarrollada, sino de una tendencia básica a la dicotomía que conduce al dualismo primario, y que Suzuki explica como separación del dentro y el fuera, el sujeto y el objeto, el que percibe y lo percibido, lo consciente y lo inconsciente. Con esta desvinculación el hombre está ahora separado del mundo y se halla por consiguiente en el nivel «C», el de la «mente de apercepción», que se explica como sigue:

> Prajna, lo consciente, evoluciona convirtiéndose en la mente de apercepción, donde la naturaleza propia establece comunicación con el mundo exterior que actúa sobre la mente psicológica, recibiendo a su vez la influencia de la misma. En la mente de apercepción es donde elaboramos la idea de la personalidad individual...[16]

Por consiguiente, la «mente de apercepción» no es exactamente una «mente», en el sentido de que sea sede de una alta intelección y abstracción, sino más bien en el de constituir la base de la tendencia dualista que opera ahora en el nivel personal, responsable de la persistente e irreductible sensación de existir como ser aislado. Es, por consiguiente, muy similar a las *manas* y al «cuerpo sutil» y corresponde al nivel existencial.

El nivel «D» es lo que normalmente calificaríamos de mente o intelecto; Suzuki lo denomina plano del sentido (*drista-*

*sruta*) y del pensamiento (*matajnata*). Aquí es donde elaboramos nuestras abstracciones intelectuales sobre la vida y la realidad, y, por consiguiente, donde formamos la imagen intelectual de nosotros mismos. El nivel «D», en otras palabras, corresponde al nivel egoico. Además:

> Los estados patológicos de la mente inconsciente radican en el plano del sentido (*drista-sruta*) y del pensamiento (*matajnata*), correspondiente al «inconsciente» de la psicología analítica o psicoanálisis... El inconsciente psicoanalítico no puede ser lo suficientemente profundo como para incluir la cuestión de la mente ausente (naturaleza propia, Mente).[17]

Dichos «estados patológicos» serán reconocidos como nivel de la sombra. (Para concluir, la correspondencia formal entre el pensamiento de Hui-neng y el espectro de la conciencia se resume en la figura 11.)

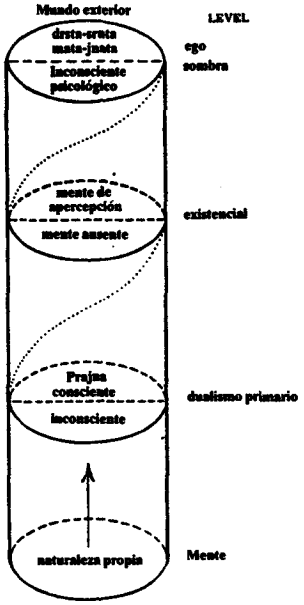
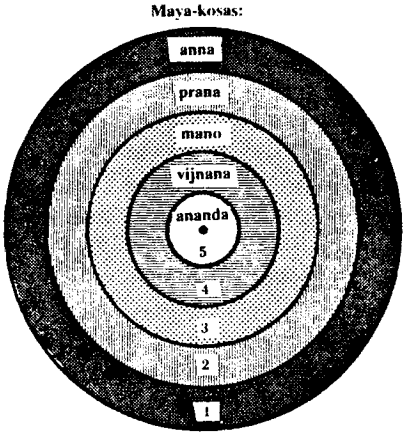



Figura 11

Pasando ahora a la psicología del budismo tibetano, en ella encontramos también estrechas similitudes con el espectro de la conciencia. En realidad, la psicología del budismo tibetano es casi idéntica a la del hinduismo vedanta, ya que ambas se estructuran alrededor de las cinco pantallas. Por consiguiente, no es necesario entrar en los detalles de la psicología del budismo tibetano, ya que nos limitaríamos a repetir el comentario de la psicología vedanta. Baste con afirmar que a lo largo de los siglos los grandes sabios del Tíbet han encontrado que este sistema psicológico representa adecuadamente los hechos de la conciencia y creemos que en lo esencial coincide perfectamente con el espectro de la conciencia. La figura 12 muestra un diagrama del extraordinario lama Govinda que ilustra la psicología de las cinco pantallas desde el punto de vista tibetano.[18] Las pantallas propiamente dichas son las mismas que las del vedanta; no obstante, hemos incluido el diagrama por la claridad con que muestra la naturaleza «de cebolla» de dichas pantallas.

En general, podemos, por tanto, concluir que los sistemas psicológicos de las grandes tradiciones metafísicas —desde el vedanta hasta el Zen— coinciden esencialmente con el espectro de la conciencia, tal como lo hemos descrito. Este hecho me ha inducido recientemente a sugerir la existencia de una *psychologia perennis*,[19] una «psicología perenne», que al parecer Dios no ha dejado en ninguna parte ni en ningún lugar, y sin testigo. En realidad, el espectro de la conciencia es una presentación moderna de dicha psicología perenne, pero que aprovecha tanto las introspecciones de Occidente como las de Oriente. Tengamos en cuenta que, aunque nuestra presentación del espectro de la conciencia coincida esencialmente con dichas psicologías orientales, difiere no obstante en cuanto al énfasis. Desde el punto de vista de los enfoques orientales, todos los niveles del espectro (a excepción del «no nivel de la Mente») existen, aunque sólo de forma ilusoria, así como las imágenes de la pantalla de televisión son irreales como hechos en sí, pero existen como meras representaciones. Su interés primordial siempre se ha vinculado al nivel mental y por




| PANTALLA | CUERPO | NIVEL (correspondiente) |
|---|---|---|
| 1. anna-maya-kosa (físico) | sthula-sarira (ordinario) | ego |
| 2. prana-maya-kosa (vitalidad) | | |
| 3. mano-maya-kosa (discriminación) | suksma-sarira (sutil) | existencial |
| 4. vijnana-maya-kosa (racionalización) | | |
| 5. ananda-maya-kosa (bienaventuranza) | karana-sarira (causal) | transpersonal |
| Brahma-Atman | | Mente |

Figura 12

tanto jamás han investigado sistemáticamente las patologías que puedan presentarse en cualquier nivel individual. Por otra parte, el mundo occidental —especialmente desde el siglo XVII— ha ignorado casi por completo el nivel de la Mente y, por consiguiente, la psicología occidental se ha concentrado exclusivamente en las anormalidades perturbadoras que tienen lugar en algún nivel determinado y, en particular, en el nivel egoico. Además, los investigadores occidentales han mostrado recientemente un creciente interés por las patologías que tienen lugar en los niveles existencial y biosocial,

como lo demuestra el crecimiento de disciplinas tales como la psicología existencial, la terapia familiar y la psiquiatría de la comunicación. En su conjunto, los enfoques orientales y los occidentales se complementan, por consiguiente, de un modo asombroso, ya que —en términos generales— los niveles hasta ahora ignorados en Occidente han sido ampliamente investigador en Oriente y viceversa. Así, en Oriente se han explorado ampliamente los caminos que conducen al nóumeno absoluto, mientras Occidente se limitaba a la investigación científica de la psicología fenoménica. El hombre, como subjetividad absoluta, es la cabeza divina: he ahí la preocupación oriental; el hombre, como objeto del conocimiento, es el ego fenoménico: he ahí la preocupación occidental. En su conjunto, cubren la totalidad de la gama del espectro de la conciencia. Si los investigadores occidentales, comprometidos como están con los niveles existencial, egoico y de la sombra, consideran que dirán la última palabra sobre la conciencia, peor para ellos y sus ilusiones. Por otra parte, los investigadores orientales —realmente en posesión de la última palabra sobre la conciencia— muestran no obstante una lamentable deficiencia en los niveles del espectro en los que la mayoría estamos destinados a permanecer. Por consiguiente, aun estando completamente de acuerdo con los pronunciamientos de los sabios orientales, hemos cambiado ligeramente el énfasis, suplementando sus psicologías con los descubrimientos de los científicos occidentales. El agobiado químico, el ajetreado ejecutivo o la deprimida ama de casa no comprenden la iluminación ni la persiguen. Si lo hicieran, tanto mejor, pero en caso contrario, ¿no deberíamos concentrarnos en los niveles en los que ahora existen?

También podemos enfocar esta complementariedad desde un punto de vista epistemológico. Ya hemos visto que el hombre dispone de dos formas principales de conocer, una consistente en el conocimiento simbolicocartográfico y la otra en el concienciamiento no dual. El madhyamika denomina al primero *samvritti*, responsable de las verdades relativas de la ciencia y la filosofía, y al segundo *paramartha*, que conduce al

conocimiento de la verdad absoluta. Ciertos sistemas posteriores, como el yogacara y el vedanta, han ampliado esta doctrina esencial de doble vertiente y la han redefinido en una forma *triple* de división del conocimiento. En este sistema, la primera forma de conocimiento —la simbolicocartográfica— se subdivide en dos categorías: la primera, que el yogacara denomina *parikalpita*, conduce a un conocimiento puramente imaginario, como el de ver una cuerda y pensar que se trata de una serpiente; la segunda, llamada *paratantra*, es responsable de lo que nosotros denominaríamos verdad objetiva, como la de ver una cuerda y llamarla correctamente cuerda. Por fin, la última de las tres formas de conocer del yogacara es la misma que la *paramartha* del madhyamika: lo que nosotros denominamos concienciamiento no dual «de» la verdad absoluta. El yogacara se limita a llamarlo *parinishpanna* y, como acabamos de decir, corresponde al segundo modo de conocimiento, responsable, por tanto, de la verdad absoluta, que es ver la cuerda y saber que uno se está viendo realmente a sí mismo, sólo Mente.

Por consiguiente, la única diferencia entre las divisiones doble y triple de la verdad consiste en que la triple amplía la doble, subdividiendo el conocimiento simbolicocartográfico (*samvritti*) en conocimiento relativamente falso (*parikalpita*) y conocimiento convencional relativamente cierto (*paratantra*). En este sentido, el científico trabaja con una forma de conocimiento relativamente cierta (*paratantra*), que le permite representar la realidad de un modo adecuado, simbólicamente útil y objetivo. Pero aunque el conocimiento científico sea relativamente cierto sigue siendo una forma de conocimiento dualista, de *samvritti*, y, desde un punto de vista absoluto, tan ilusorio como cualquier otra forma del conocimiento dualista.

Las exploraciones intelectuales occidentales, como la ciencia y la filosofía, han divagado por el campo del *samvritti*, del conocimiento simbolicocartográfico, con el objetivo principal de separar el conocimiento relativamente falso de *parikalpita* (serpiente) del conocimiento relativamente cierto de

*paratantra* (cuerda). La realidad para Occidente ha sido *paratantra*, cuestión de encontrar la «verdad» objetiva. Sin embargo, los enfoques orientales del vedanta y del budismo mahayana, conscientes de que *paratantra* es relativamente cierto pero absolutamente irreal, se han dedicado por el contrario a seguir el camino de *paramartha*, de la verdad absoluta. La cuestión ahora es: *¿qué ocurre cuando estas consideraciones epistemológicas se trasladan al reino de la psicopatología?*

La psicopatología siempre se ha considerado, en un sentido u otro, como consecuencia de una visión distorsionada de la realidad. *¡Pero lo que uno considere psicopatológico dependerá, por consiguiente, de lo que uno considere real!* Así pues, en Oriente y en Occidente, con distintos conceptos de la realidad, se han desarrollado distintos conceptos de psicopatología. Para la psicología occidental, la psicopatología ha estado siempre relacionada con *parikalpita* (serpiente), con la visión de la realidad considerada como falsa por quienes comparten el punto de vista de *paratantra* (cuerda). Una persona está realmente «enferma» si siempre que mira una cuerda ve una serpiente, si experimenta odio y lo denomina amor, si reprime el sexo y lo llama hambre. La «curación», por otra parte, se supone que tiene lugar cuando el individuo cambia el punto de vista *parikalpita* (serpiente) por el *paratantra* (cuerda), cuando ve la cuerda como cuerda, el odio como odio y el sexo como sexo. En otras palabras, la división epistemológica entre el conocimiento relativamente «verdadero» de *paratantra* y el relativamente «falso» de *parikalpita* se convierte también en la línea divisoria entre cordura y enajenación.

Sin embargo, para estos enfoques orientales, la realidad no consistía en distinguir entre *parikalpita* (serpiente) y *paratantra* (cuerda), ya que ambos pertenecen al reino de *samvritti*, del conocimiento relativo (e ilusorio) simbolicocartográfico, por lo que a fin de cuentas pasar de lo uno a lo otro equivale a cambiar cadenas de hierro por cadenas de oro. Su interés, por el contrario, se ha centrado en un cambio completo de *samvritti* o *paramartha* (o *parinishpanna*), del conocimiento relativo —verdadero o falso— al conocimiento absoluto, que no

reconoce tales distinciones. Por consiguiente, su «psicopatología» no está relacionada con *parikalpita* (serpiente) sino con *samvritti* (serpiente y cuerda): tanto la persona que ve la cuerda como serpiente, como la que ve la cuerda como cuerda, «se engaña a sí misma» y «está dormida», y la «curación» tendrá lugar cuando ambas vean la cuerda como lo que es, es decir una manifestación de Brahma, un proceso objetivo de la Mente, de modo que tanto la serpiente como la cuerda, a fin de cuentas, son ilusiones. «Paso a paso llega el gran despertar —dice Chuang Tzu— y entonces descubriremos que la propia vida es un gran sueño. Entretanto, los ilusos creen estar despiertos, alegremente convencidos de que comprenden las cosas. Hacen bellas discriminaciones, diferenciando entre príncipes y lacayos (opuestos en general). ¡Vaya estupidez! Palabras como éstas merecen ser calificadas de estafa suprema.»[20]

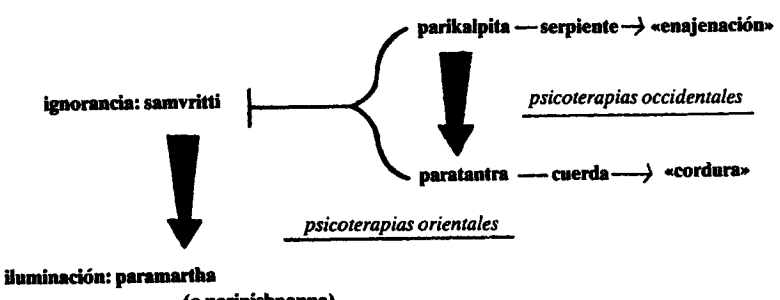
Para la mayoría de los investigadores occidentales, por lo menos desde un punto de vista psicológico, este gran despertar no es más que un gran ataque de nervios, ya que oficialmente sólo reconocen las formas de conocimiento *parikalpita* (serpiente) y *paratantra* (cuerda), por lo que todo individuo debe inscribirse en una u otra. Por consiguiente, toda manifestación en forma de conocimiento *paramartha* (absoluto) debe considerarse como indicio de locura. En palabras de R. D. Laing:

> Los intentos de despertar antes de que llegue nuestra hora suelen ser castigados, especialmente por parte de quienes más nos aman. Porque, benditos sean, están dormidos. Creen que cualquiera que despierte o que, aun estando dormido, se dé cuenta de lo que se toma por real es un «sueño», se está volviendo loco.[21]

Estoy convencido de que a estas alturas somos perfectamente capaces de reconocer la existencia de las tres formas de conocimiento, y, por consiguiente, de que distinguir entre *parikalpita* (serpiente) y *paratantra* (cuerda) es cuestión de «cordura» convencional y relativa, mientras que distinguir entre *samvritti* (relativo) y *paramartha* (absoluto) es una cues-

tión de iluminación. Una vez más ambos enfoques se muestran complementarios, como lo ilustra la figura 13, ya que así como los psicólogos occidentales nos permitirán ver una cuerda donde antes veíamos una serpiente, los sabios orientales nos mostrarán a Brahma donde antes sólo veíamos una cuerda.

Ahora, para concluir esta visión global del espectro de la conciencia, examinemos brevemente las obras de algunos de los exploradores de la conciencia más «occidentales«, como Gurdjieff, Fischer y Benoit. Empezando con Gurdjieff, comprobamos que su sistema psicológico —basado aparentemente en las enseñanzas del sufismo— ha tenido en Ouspensky su máximo exponente; más recientemente, ha sido adoptado por investigadores tan destacados como Oscar Ichazo y John Lilly.[22] Gurdjieff afirma —a nuestro parecer correctamente— que la mejor forma de interpretar la conciencia es como un continuo de múltiples niveles de distintas franjas o estados vibratorios. Para facilitar su identificación, a cada nivel se le asigna un «número vibratorio»: 3, 6, 12, 24, 48 o 96. Así, según lo describe el doctor Lilly, el nivel 3 es la «fusión con la mente universal, la unión con Dios», que nosotros reconocemos inmediatamente como nivel mental. El próximo nivel en




EPISTEMOLOGÍA Y PSICOPATOLOGÍA

Figura 13

el continuo de Gurdjieff, denominado estado vibratorio 6, es el «punto de la conciencia, el viaje astral, el viaje transauditivo, el viaje clarividente, la fusión con otros entes en el tiempo», que corresponde claramente a la gama transpersonal. El estado vibratorio número 12 representa los límites inferiores del nivel existencial, ya que corresponde al «concienciamiento corporal acrecentado, la función más elevada de la conciencia corporal y planetaria, estar enamorado»; mientras que el estado vibratorio 24 representa los límites superiores del nivel existencial, es decir, la gama biosocial, ya que aquí «todos los programas necesarios están en el inconsciente del bioordenador, operando a la perfección, con el yo inmerso en actividades placenteras que le gustan y conoce mejor que nadie». El próximo nivel, el estado de vibración 48, es simplemente el nivel egoico, o «estado neutral bioinformático, estado de absorción y transmisión de nuevas ideas, para la recepción y transmisión de nuevos datos y nuevos programas». Finalmente, el estado de vibración 96, que es un «estado negativo de dolor, culpa, miedo, de cumplir con el deber pero en un estado de dolor, culpa y miedo», es lo que nosotros reconocemos como límites inferiores del nivel de la sombra.

En este punto hay que mencionar que uno puede, por así decirlo, «volar muy alto» en el espectro de la conciencia, hasta los límites más elevados y lejanos del nivel de la sombra. Esto puede ocurrir en condiciones de dolor extremo, hiperfrenia, estados esquizoides, ciertas experiencias con drogas, etcétera. En el sistema de Gurdjieff, estos niveles vibratorios superiores reciben los números 192, 384 y 786. Ahora bien, en estos límites superiores del nivel de la sombra puede tener lugar el más peculiar de los fenómenos: de un modo casi instantáneo uno puede «rebotar» o «salir disparado», por así decirlo, de los mismos a un nivel *inferior* correspondiente del espectro de la conciencia. Como ejemplo, he aquí una anécdota narrada por C. G. Jung:

> Una paciente, de cuya sinceridad y fiabilidad no tengo razón alguna para dudar, me contó que su primer parto había sido muy difícil.

Después de treinta horas de contracciones infructuosas, el médico consideró que había llegado el momento de utilizar fórceps. Se la anestesió ligeramente para la intervención. Sufrió profundos desgarros y perdió mucha sangre. Después de que el médico, su madre y su marido abandonaran la habitación y cuando ya estaba todo ordenado, a la enfermera le apetecía comer algo y la paciente le vio volver la cabeza desde la puerta para preguntarle: «¿Desea algo antes de que me vaya a cenar?». Intentó responder, pero no pudo. Tuvo la sensación de hundirse a través de la cama en un vacío sin fondo... Lo próximo de lo que fue consciente, sin sentir su cuerpo ni su posición, fue que estaba *mirando hacia abajo* desde un punto del techo viendo todo lo que ocurría a sus pies en la habitación: se vio a sí misma tumbada en la cama, muy pálida y con los ojos cerrados. A su lado estaba la enfermera. El médico paseaba nervioso de un lado para otro y le dio la impresión de que había perdido la cabeza y no sabía qué hacer...

Lo próximo que ocurrió fue que volvió en sí del coma y vio a la enfermera inclinada junto a la cama. Se le comunicó que había perdido el conocimiento durante media hora aproximadamente. Al día siguiente, transcurridas unas quince horas, cuando se sentía un poco más fuerte, le comentó a la enfermera la incompetencia y conducta «histérica» del médico cuando estaba en coma. La enfermera negó categóricamente su crítica, convencida de que durante aquel período estaba completamente inconsciente y que por tanto no podía saber nada de lo ocurrido. Sólo cuando le describió detalladamente lo ocurrido, la enfermera se vio obligada a admitir que la paciente había percibido los acontecimientos exactamente tal como habían ocurrido en realidad.[23]

En otras palabras, desde el dolor y el miedo considerable del nivel de la sombra, aquella mujer había «rebotado» a lo que era claramente una de las frecuencias transpersonales. Dicho rebote puede tener lugar, y con frecuencia así ocurre, desde las frecuencias superiores del nivel de la sombra a un nivel inferior del espectro. John Lilly es perfectamente consciente de este «efecto de rebote» del nivel de la sombra, puesto que toma los niveles de vibración de Gurdjieff 96, 192, 384 y 786 (es decir, todas las franjas superiores del nivel de la sombra) y los reenumera respectivamente −24, −12, −6 y −3, para poner de relieve la *correspondencia potencial de estos estados negativos de la sombra con sus contrapartidas en el extremo opuesto del espectro*. Esta correspondencia puede lle-

gar a ser tan íntima que en algunos casos ciertas franjas superiores del nivel de la sombra adquieren incluso las características de sus niveles de rebote en la parte inferior del espectro, con la diferencia, por supuesto, de que estas frecuencias de la sombra son sumamente negativas y dolorosas, y forman, por así decirlo, caricaturas malévolas de sus niveles de contrapartida. Por consiguiente, en este sentido define Lilly cada una de dichas franjas de la sombra, como por ejemplo −6, «semejante a +6 pero sumamente negativa».

En relación con ello, cabe mencionar que la investigación experimental de Roland Fischer en el instituto psiquiátrico de Maryland[24] aporta lo que equivale a un correlato fisiológico, no sólo de dicho efecto de rebote sino de la naturaleza tipo espectro de la conciencia. Fischer ha descubierto que, casi como si fuera un «mecanismo instintivo de defensa», el sistema nervioso del individuo, cuando se estimula (natural o artificialmente) a niveles de hiperexcitación, puede rebotar automáticamente a un estado correspondiente de hipoexcitación. En cuanto a la propia conciencia, el doctor Fischer dispone de abundantes pruebas experimentales de su existencia como una especie de *continuo* o espectro, con el yo absoluto «situado» metafóricamente en un extremo de dicho continuo (Mente) y el concienciamiento egoico normal en el extremo opuesto (ego). Además, «cada capa consecutiva de autoconcienciamiento con objetividad "exterior" decreciente va acompañada de un incremento del concienciamiento "personal" subjetivo...», de modo que existen «numerosas capas de autoconcienciamiento, cada una con su proporción "sí mismo" a "yo" característica», que nosotros hemos expresado como «niveles de identidad». Esto también sugiere, como ya hemos indicado, que existen numerosos niveles de procesos inconscientes. En realidad, la información acumulada por Fischer le indujo a concluir que, «en lugar de postular *un* subconsciente, reconozco tantas capas de autoconcienciamiento como niveles de excitación e interpretaciones simbólicas correspondientes en el repertorio interpretativo del individuo».

Finalmente, concentrémonos en Hubert Benoit, psicoana-

lista de extraordinaria agudeza e intérprete de la filosofía oriental. El pensamiento del doctor Benoit es tan sumamente circunspecto y de una sutileza tan penetrante que no se le haría justicia resumiendo simplemente sus puntos de vista. Es indispensable que citemos sus propias palabras, intercalando nuestros comentarios. No prestaremos especial atención a sus niveles de la conciencia, ya que son esencialmente idénticos a los del espectro y cualquier cosa que dijéramos no sería más que mera repetición. Nos limitaremos a mencionar que Benoit reconoce los niveles de la Mente, existencial, egoico y de la sombra, que denomina, respectivamente, principio absoluto, conciencia sujetoemotiva, conciencia objetal y el diablo. Sin embargo, examinaremos ampliamente el uso que hace Benoit de la «energía» como metáfora de lo absoluto, ya que es la forma más directa de conseguir la «sensación» del funcionamiento del espectro de la conciencia en nuestra vida cotidiana.

A continuación, Hubert Benoit esboza su psicología, empezando con un ejemplo común:

> A dicho fin, empecemos con una observación concreta. Un individuo me molesta; me enfurezco y quiero golpear a mi adversario. Analicemos lo que tiene lugar en mí a lo largo de esta experiencia. Veremos que mis fenómenos interiores se dividen en dos reacciones distintas, que denominaremos reacción primaria y reacción secundaria.[25]

Más adelante veremos que estas dos reacciones corresponden a las dos formas básicas de conocer: la reacción primaria hace referencia al modo no dual, mientras que la secundaria lo hace al simbólico. Benoit prosigue con el análisis de la movilización de la ira:

> La reacción primaria consiste en el despertar, en mí, de cierta cantidad de energía vital; dicha energía permanecía latente en mi fuente central de energía, hasta que la ha despertado mi percepción de una energía manifestada en el no yo contra el yo (dualismo primario). La extraña energía agresiva despierta en mí la manifestación de

> una fuerza de reacción que equilibra la fuerza del no yo. Esta fuerza de reacción no es todavía un movimiento de ira, carece aún de forma precisa; es comparable a la sustancia que está a punto de ser vertida en un molde, pero que todavía no ha sido liberada. Durante un instante, sin duración, esta fuerza incipiente movilizada en mi fuente no es todavía una fuerza de ira; es una fuerza carente de forma, una fuerza vital pura.[26]

Esta reacción primaria, esta fuerza vital pura e informe (es decir, «carente de forma») representa el modo no dual de conocer y, evidentemente, su conciencia no dual asociada, como explica Benoit:

> Esta reacción (primaria) corresponde a cierta percepción del mundo exterior, a cierto conocimiento. Corresponde, por consiguiente, a cierta conciencia, pero en un sentido muy distinto del habitual. No es la conciencia mental, intelectual, clara, evidente (del nivel egoico). Es una conciencia oscura, profunda, refleja, orgánica... (una) conciencia orgánica que «conoce» el mundo exterior de un modo no intelectual. Además, esto lo corrobora una observación interna: siento que la ira me *sube a la cabeza*, donde a continuación elaborará un millar de imágenes; siento que sube desde la parte inferior del cuerpo, desde mi existencia orgánica. Esta reacción primaria es sumamente rápida y elude mi observación si no estoy muy atento, pero después de mi ira examino detalladamente lo que me ha ocurrido y me doy cuenta de que, *durante un breve instante, una fuerza orgánica pura y anónima, procedente de una conciencia orgánica, ha precedido el juego de mi conciencia intelectual, formuladora de imágenes de ira.*[27]

Esta conciencia orgánica o primaria es la que antes hemos denominado conciencia organísmica, y, dada su condición «anónima», «pura» y «carente de forma» —es decir, no contaminada por la conceptualización—, participa plenamente en la conciencia cósmica o nivel de la Mente, ya que opera, como señala Benoit, en «un instante sin duración». Esta energía vital es, por consiguiente, la del momento atemporal de la eternidad y por tanto de Brahma, la Mente, Tao. Es la realidad misma.

Puede que inicialmente parezca extraño describir la cabeza divina como energía, pero, después de reflexionarlo, la palabra «energía» no es menos exacta que muchos otros términos descriptivos, todos ellos condenados por su finitud y dualidad a no abarcar lo infinito y no dual, ya que incluso la expresión «no dual» es dual, en cuanto a que excluye la «dualidad». Utilizamos «no dual» en su sentido «absoluto» de «no dos, ni uno», como sinónimo de *sunyata*, vacío y, en este sentido, el término «energía» es igualmente adecuado. Como señala Coomaraswamy:

> Éste es el trance del positivista o «motorista de la nada», que al reconocer la realidad sólo en lo que es capaz de asimilar, atribuye «realidad» a cosas que no puede asimilar porque nunca se detienen para ser y se ve impulsado, a pesar suyo, a postular la realidad de una entidad tan abstracta como la «energía», que no es más que otro de los nombres de Dios.[28]

Uno jamás imaginaría que al coger un libro de texto de física, lo que tiene en sus manos es un documento «religioso», del que se han eliminado meticulosamente palabrotas tales como intuición, eternidad y cabeza divina. Sin embargo, el interés principal de las ciencias físicas gira en torno al concepto de la energía y sus transformaciones, ya sea en las moléculas, los sistemas biológicos o los ordenadores. ¿Y cómo se describe dicha energía? No puede ser creada ni destruida, unida ni separada, y en su conjunto no aumenta ni decrece, permaneciendo siempre constante. Esto, en realidad, es la primera ley de la termodinámica. Además, la energía del universo, a pesar de permanecer siempre constante, sufre «transformaciones» o «manifestaciones», ya que todos los tipos de energía y materia, ya sea cinética, térmica o molecular, son conocidos como «formas de energía». A decir verdad, todos los fenómenos del universo no son, en definitiva, más que formas de energía, de modo que la energía está más o menos «subyacente» en todas las cosas materiales. Esto es física pura, pero resulta curiosamente familiar y le hace a uno dudar de si está hablan-

do de física o de hinduismo. A fin de cuentas, poco importa que digamos que todas las cosas son formas de energía o formas de Brahma.

El hecho de que Benoit utilice «energía» facilita muchísimo nuestra orientación hacia esta realidad, ya que lo único de que disponemos, aunque sumamente tenue, es de una sensación interna de dicha movilización de energía, como en el ejemplo de la ira. Prosiguiendo con su ejemplo, Benoit afirma:

> La modificación dinámica de mi ser constituida por la reacción primaria, esta movilización de mi energía en respuesta a la energía del mundo exterior (en este caso, del hombre que me enfurece), liberará una reacción secundaria (que es) el juego reactivo de mi conciencia intelectual; y esta reacción secundaria tenderá a establecer de nuevo en mí la inmovilidad inicial, desintegrando la energía movilizada.[29]

Esta reacción secundaria corresponde a nuestro modo simbólico de conocer, al proceso por medio del cual traducimos nuestra pura conciencia organísmica en términos de pensamiento y lenguaje dualistas. La formulación de Benoit de estos dos modos de conocimiento es ingeniosa, ya que nos permite comprender cómo, en *este* momento, nuestro modo de conocer organísmico y no dual se desintegra para convertirse en simbólico, ofuscando así nuestra identidad suprema que, de no ser por ello, esta pura conciencia organísmica revelaría. Volveremos a insistir sobre esta cuestión en el momento oportuno, pero regresemos ahora a la explicación de Benoit de los dos modos de conocer:

> Recordemos ahora lo que hemos denominado nuestra exigencia primordial, o pretensión de existir como ser absolutamente distinto, de existir en lo absoluto. En el fondo de nuestra comprensión intelectual del universo se encuentra la irreductible discriminación entre el yo y el no yo (es decir, el dualismo primario). Es esta discriminación lo que uno evoca cuando habla... de nuestra identificación con nuestro organismo psicosomático (nivel existencial). En cuanto a concien-

> cia orgánica, no discrimino (no dualidad), pero en cuanto a conciencia intelectual, discrimino.[30]

Después de ampliar estos dos modos de conocer, Benoit llega a una importantísima conclusión:

> *En mi conciencia orgánica estoy tan identificado con el no yo como con el yo* (éste es el nivel de la Mente); en mi conciencia intelectual me identifico con el yo (nivel egoico), afirmo que sólo el yo existe. Mi conciencia intelectual sólo conoce el yo. Cuando creo que poseo un conocimiento intelectual del mundo exterior, sólo conozco en realidad las modificaciones de mí mismo en contacto con el mundo exterior. Los filósofos lo denominan «la cárcel de mi subjetividad», haciendo caso omiso de *mi conciencia orgánica que no discrimina entre sujeto y objeto y gracias a la cual ya soy virtualmente libre*.[31]

«Ya soy virtualmente libre» porque mi pura naturaleza organísmica, esta energía vital que bulle en mi interior, que no reconoce el dualismo primario, que es atemporal y por consiguiente infinita, participa plena y necesariamente de la conciencia cósmica o Mente, cuyo descubrimiento constituye la liberación (*moksha*). Pero esta conciencia organísmica no puede estar situada *en el interior* del cuerpo, ya que esto sería sumamente dualista y, cómo Schroedinger ha señalado, «no solemos darnos cuenta de ello, porque nos hemos acostumbrado plenamente a pensar que la personalidad del ser humano... está situada en el interior de su cuerpo. Descubrir que no está realmente ahí es tan asombroso que genera duda y perplejidad, y nos resistimos a aceptarlo. Nos hemos acostumbrado a situar la personalidad consciente dentro de la cabeza de la persona o, para ser más exactos, en unos pocos centímetros detrás del entrecejo... Nos resulta muy difícil aceptar el hecho de que *la localización de la personalidad, de la mente consciente, dentro del cuerpo no es más que simbólica*, una mera ayuda práctica».[32]

Esto, sin embargo, no significa en modo alguno que la conciencia se encuentre *fuera* del cuerpo, error muy frecuente entre los defensores de la proyección astral, las experiencias

extracorporales y otros fenómenos por el estilo (que *pueden* tener lugar en la gama transpersonal, pero que *no* deben confundirse con la Mente). La creencia de que la conciencia existe fuera del cuerpo no es más que la imagen reflejada del dualismo dentro/fuera, la otra cara de una moneda sin valor alguno. Cuando uno de sus alumnos le dijo a Ramana Maharashi que ocasionalmente experimentaba destellos de la conciencia, cuyo centro estaba fuera de su yo y de su cuerpo, el maestro soltó una carcajada:

> ¡Fuera! ¿Para quién es dentro o fuera? Éstos sólo pueden existir mientras haya un sujeto y un objeto... Investigando descubrirás que ambos se resuelven sólo en el sujeto. Observa quién es el sujeto; esta búsqueda te conducirá a la conciencia pura más allá del sujeto.[33]

Por consiguiente, cuando Benoit habla de la conciencia como energía que emerge dentro del organismo, eso no es más que una concesión al chismorreo popular. En ese «instante sin duración», cuando emerge esa fuerza pura, informe, anónima y no dual, no conoce el dentro ni el fuera, ni es por tanto localizable. Pero cuando dicha energía se desintegra en imágenes, es decir, cuando nos reflejamos intelectualmente en esa fuerza vital, el dualismo primario ya ha tenido lugar y por ello nos *parece* que la fuente de la energía está en nuestro cuerpo. Sin embargo, Suzuki nos advierte que «esa idea de la gran fuente con existencia independiente en algún lugar es el error fundamental que todos cometemos al intentar interpretar intelectualmente nuestra experiencia».[34] Es conveniente que lo recordemos siempre que se haga referencia a la movilización de la energía organísmica.

Prosigamos ahora con la descripción de Benoit del modo en que esa energía movilizada, esa conciencia organísmica, ese concienciamiento no dual se desintegra en imágenes, en conceptos, en el modo simbólico de conocimiento; y a continuación regresaremos a la conciencia organísmica, esa energía vital «gracias a la cual ya soy virtualmente libre».

> En el transcurso de la reacción secundaria, mi necesidad intelectual de «ser» (es decir, la idea de que mi ego sea fuerte, inamovible, permanente, estable, etcétera) se ve desbaratado por esa movilización de energía en mi interior, ya que en la misma está implícita la aceptación del mundo exterior (convertida en imposible por el dualismo primario)... Mi reacción secundaria ante la movilización de mi energía sólo puede ser, por consiguiente, un rechazo que se opone a dicha movilización. Pero esta oposición al orden cósmico no podrá fructificar; la fuerza movilizada en mí no podrá regresar a la no manifestación. Mi rechazo de la energía movilizada no podrá conducir, por tanto, más que a *la destrucción de dicha energía mediante su desintegración*.[35]

Además, Benoit agrega que son «*los procesos imaginativos/emotivos los que llevan a cabo la desintegración de la energía movilizada*».[36] Es decir, que esta energía se desintegra en imágenes mentales y sus correspondientes emociones corporales, proceso que equivale más o menos a la sublimación, ya que, según afirma Norman O. Brown, el *animal simbólico* es el *animal sublimans*. Ahora bien, este proceso mediante el cual se desintegra y disipa nuestra energía, nuestro modo no dual de conocer, nuestra conciencia organísmica, transformándose en el modo simbólico de conocimiento, en conceptos, imágenes, pensamientos y distinciones, *este proceso es exactamente aquel mediante el cual «descuartizamos a Brahma a diario»*. En el momento oportuno volveremos al tema para estudiarlo meticulosamente, pero ahora debemos volver al nivel de la Mente, a la conciencia organísmica, sobre la que Benoit declara:

> A las dos reacciones corresponden, como hemos dicho, dos conciencias diferentes, a la reacción primaria mi conciencia orgánica (nivel de la Mente), a la segunda mi conciencia mental, intelectual o imaginativa (nivel egoico)... Mi conciencia imaginativa es dualista; los procesos imaginativos/emotivos que tienen lugar en la misma son afirmativos o negativos, agradables o desagradables (delante o detrás). Mi conciencia orgánica, por el contrario, no es dualista, ya que la fuerza vital que emerge en la misma es informe (es decir, carente de forma), anónima, siempre la misma, *independiente de las formas*

> *dualistas que generará en adelante...* Hemos visto que la conciencia orgánica no discrimina entre el yo y el no yo, que en su función está implícita la identificación esencial de dichos polos y, por consiguiente, ... *un conocimiento del universo en general, en su unidad...* Resumiendo, sólo mi conciencia orgánica conoce el universo.[37]

La conciencia organísmica, como dice Benoit, conoce el universo en su unidad, pero sólo debido a que su operación es inespacial y atemporal —y, por consiguiente, infinita y eterna— y porque *la totalidad* de la infinitud/eternidad está simultáneamente presente en *todo* punto del espacio y del tiempo, por lo que «conociendo ESTO se conoce todo». Conociendo lo absoluto ahora, se conoce la totalidad del tiempo; conociendo lo absoluto aquí, se conoce la totalidad del espacio; y conociéndolos a ambos (ya que en realidad son uno solo) se conoce el universo en su unidad. Esto ciertamente no significa que uno conozca todos los *hechos* que puede facilitar el conocimiento simbolicocartográfico, ni que uno conozca con exactitud toda la información contenida en todas las obras escritas, ¡ni mucho menos! Significa que uno *conoce* y *es* la *realidad* de hechos individuales, la realidad de la cual los «hechos» abstractos son meros reflejos. Uno jamás conocerá todos esos hechos, esos reflejos, pero tendrá un conocimiento claro de la única realidad reflejada.[38] La *Chandogya Upanishad* (6.1.4-5) lo afirma poéticamente como sigue:

> Al igual que por un trozo de arcilla todo lo de arcilla puede ser conocido; las diferencias son meras distinciones verbales, nombres: en realidad es sólo «arcilla»; al igual que por un trozo de cobre todo lo de cobre puede ser conocido; las diferencias son meras distinciones verbales, nombres: la realidad es sólo «cobre»; así, amigo mío, es esta enseñanza.

Asimismo, Lao Tzu declara (capítulo 47):

> Sin salir fuera, puedes conocer el mundo entero
> sin mirar por la ventana, puedes ver los caminos del cielo.
> Cuanto más lejos vas, menos sabes.
> De ahí que el sabio sepa sin viajar...

De forma similar, Bernard Lonergan, en su monumental estudio sobre la introspección y la comprensión, hace hincapié en un punto importante:

> Comprended plenamente lo que es comprender y no sólo comprenderéis en líneas generales todo lo que hay que comprender, sino que poseeréis también una base fija, una pauta invariable, que se abrirá hacia todo desarrollo superior de la comprensión.[39]

Comprendiendo esto, lo comprenderemos todo; si nos quedamos por debajo de esto, permaneceremos debajo de todo.

A este fin, el concepto de la energía y de la conciencia orgánica de Benoit es sumamente útil, ya que es precisamente esa energía informe lo que «permanece debajo» de todos nuestros fenómenos mentales y corporales. Es útil porque apunta a aquello «en» nosotros que permanece debajo y anima todas las formas pasajeras de nuestra atención consciente; al igual que en el ejemplo de la ira de Benoit, la energía movilizada, cuando empieza a emerger, es pura, homogénea, carente de forma y sólo al cabo de unos segundos se desintegra en formas e imágenes, sólo al cabo de unos segundos se siente la «ira». En este sentido, la «energía» es una metáfora muy parecida a la de la «subjetividad absoluta», la de la Mente, ya que «energía no es más que otro de los nombres de Dios». La energía yace en el «interior», siempre más arriba de la corriente de toda elaboración conceptual a la que más adelante vivificará; es informe, nebulosa, desconocida como objeto o concepto, pero no obstante es algo que podemos conocer de un modo directo, no dualista, inmediato y no conceptual, «gracias a lo cual ya soy virtualmente libre».

Hemos visto que el espectro de la conciencia representa identificaciones del conocedor absoluto con ciertos objetos conocidos; en palabras de Patanjali, «la ignorancia es la identificación del observador con los instrumentos de observación». La identificación original con el todo se convierte progresivamente en estrecha y limitada, de modo que cada limi-

tación genera un nuevo nivel del espectro. Nuestro «objetivo» es, por consiguiente, dejar de identificarnos exclusivamente con determinados complejos de objetos, para poder descubrir nuestra suprema identificación con *toda* manifestación fenoménica. (La figura 3 representa los objetos con los que nos hemos identificado, de un modo progresivamente exclusivo hacia la parte superior del diagrama.) En palabras de Benoit, «dicha identificación no es errónea, sino simplemente incompleta en cuanto excluye mi equivalente identificación con el resto del universo. La ilusión egocéntrica no consiste en mi identificación con el organismo, sino en la forma exclusiva en que la misma se realiza».[40]

Sigamos ahora la evolución del espectro de la conciencia utilizando la metáfora de *la energía y su desintegración, en lugar de la subjetividad absoluta y sus objetivaciones*. De un modo simplificado, podemos imaginarla como sigue: la energía movilizada en el nivel de la Mente es pura, sin forma (es decir, vacía), atemporal, infinita, pero conforme «asciende» por los niveles del espectro, comienza a desintegrarse adoptando imágenes y formas dualistas. Por consiguiente, cada nivel se caracteriza por la naturaleza de la desintegración dualista que tiene lugar en el mismo. Así, en el nivel existencial, la energía se ha desintegrado y fragmentado en energía del «yo» frente a energía ambiental; en la gama biosocial, esta energía del yo comienza a adquirir forma, adoptando la pompa y colorido de dicho nivel; mientras que en el nivel egoico sigue desintegrándose en energía corporal contra energía psíquica. El nivel de la sombra representa simplemente una continuación de dicha desintegración, donde la propia energía psíquica se divide y fragmenta.

Para ilustrar el conjunto de dicho movimiento, utilicemos una vez más la movilización de la ira, como cuando alguien me da un bofetón. El bofetón en sí, en su forma más simple, es un mero movimiento del universo, pero cuando comienza a tener lugar el dualismo primario, siento una movilización de energía que emerge *dentro* de mí. En este nivel, antes de que se concretice el dualismo primario, dicha energía es todavía

pura, disforme, atemporal; opera en un «instante sin duración» y comprende ese momento inerte antes de otorgarle un nombre a lo que ocurre. Pero esa movilización atemporal comienza a adquirir duración conforme «pasa» por la gama biosocial, ya que es ahí donde dicha energía adquiere la *forma* de ira y, por consiguiente, *perdura* en el tiempo. Esta *forma* es moldeada por las relaciones interiorizadas de la familia y la sociedad presentes en dicho nivel. La energía, ahora en forma de ira, «asciende a mi cabeza», donde la *verbalizo* como «ira» (nivel egoico). Si en este punto tiene lugar el dualismo cuaternario, proyectaré dicha ira y agresión, y, por consiguiente, sentiré miedo (nivel de la sombra). En todo caso, mediante estos u otros mecanismos (negación, desviación, retroflexión, división, sustitución, regresión, escotomatización, racionalización, etcétera), mi energía acaba por fin descuartizada, dispersa y desintegrada.

Así es, por consiguiente, la movilización y desintegración de mi energía, la evolución e involución de Brahma, una «obra interpretada eternamente ante todos los seres vivientes», procedente directamente del vacío y esfumándose de nuevo en él, sin dejar ninguna huella tangible, ningún rastro, una obra sin rumbo que comprende la creación y disolución del universo ahora y siempre, una creación y disolución no de materia sino de dualismos, el ascenso y caída eternos del espectro de la conciencia, la espontaneidad simultánea de un momento tras otro que permanece no obstante en *este* momento, puesto que no hay otro.

> El mundo como unión de términos opuestos,
> de lo formado a lo que se forma,
> es esencialmente un mundo
> del presente al presente.
> El momento del presente eterno
> que es la unión de términos opuestos...[41]

Desde un punto de vista temporal y psicológico, esta creación se refleja exactamente en la movilización de energía, modo

no dual de conocimiento, y su desintegración en formas, objetos y conceptos: modo simbólico de conocimiento. Así crea ahora el mundo *objetivo* la forma de mi conocimiento dualista, ya que «la forma de nuestro conocimiento lo descuartiza a diario». Volviendo al ejemplo de la ira de Benoit, para examinarlo esquemáticamente, si un individuo me molesta, o llega incluso a abofetearme, no me siento inmediatamente indignado; siento por el contrario una calma, un concienciamiento claro, una vigilancia diáfana, y sólo a continuación, transcurridos quizás unos segundos, siento un torbellino de emociones y pensamientos que denomino en conjunto «ira», ya que entonces mi energía se ha desintegrado y transformado en imágenes. Durante esos escasos segundos de concienciamiento silencioso, estoy en contacto directo con la realidad: no hay pantalla de pensamiento, ningún velo pintado, ni «flujo» conceptual (*asrava*); es el puro concienciamiento no dual, la energía organísmica atemporal, la «sabiduría de los no flujos» (*jnanam-anasravam*), la «pureza original» (*prakriti-prabhasavaram*); es la «conciencia inicial» del Ch'an (*yeh-shih*), que actúa sin referencia al tiempo o al espacio, dimensiones o extensiones, gracias a la cual ya soy virtualmente libre. Es la propia Mente, el modo no dual de conocer. Sin embargo, por razones que pronto investigaremos, se desintegra, se disipa, se manifiesta y se proyecta en objetos y conceptos mentales, vivificando dualismos y creando el mundo de fenómenos pautados. Éste es el nacimiento de los mundos, el nacimiento del universo simbólico, el nacimiento del conocimiento dualista e ilativo, el nacimiento del espectro de la conciencia, proceso que en nuestro insignificante ejemplo hemos reducido enormemente al mero nacimiento de la «ira», pero que en realidad ocurre en todas las dimensiones manifiestas; ahora, en este momento, en cada momento. «He ahí el principio y fin de los mundos y de los seres individuales: ampliados desde un punto sin posición ni dimensiones y ahora sin fecha ni duración.»

Entre paréntesis, es evidente que cuando hablamos de «contactar» esa energía informe (o conciencia organísmica) antes de su desintegración en formas dualistas, se trata simplemen-

te de referirnos de otro modo a esa energía, concienciamiento o nivel de la conciencia, donde el universo no se ha desintegrado todavía en observador y observado. Lo mismo sería hablar de la subjetividad absoluta o de la Mente, que no es más que la misma energía o concienciamiento antes de imaginarlo dividido en sujeto y objeto. Por consiguiente, no importa que hablemos de energía y de su desintegración, o de la subjetividad absoluta y sus objetivaciones: son simplemente dos formas de apuntar a la Mente, a ese omnipresente nivel de la conciencia, en el que el universo no se ha convertido todavía en distinto de sí mismo ni en falso para sí mismo.

Volveremos en breve sobre el tema, pero de momento debe quedar claro que darse plenamente cuenta de lo que ocurre, comprender perfectamente cómo mis niveles, pantallas o capas se revivifican y regeneran en cada momento de mi vida, conocer la realidad que precede a toda conceptualización, situada en la misma fuente de mi energía, en la propia subjetividad absoluta, equivale, sin duda, a señalar el camino de la puerta, la boca en la caverna de las tinieblas por la que todos debemos pasar si pretendemos vislumbrar la luz del universo, ese algo interior que está más allá.

# SEGUNDA PARTE

# INVOLUCIÓN

Conocerás a Dios sin imagen, sin semblante y sin medios. Mientras ese él y ese yo, a saber, Dios y el alma, no sean uno solo aquí, uno solo ahora, el yo no podrá obrar ni ser uno con ese él.

MEISTER ECKHART

No hay creación ni destrucción, destino ni libre albedrío; camino ni logro; ésta es la verdad definitiva.

SRI RAMANA MAHARASHI

Hay quien ha afirmado que podemos, si lo deseamos, contemplar continuamente un mundo de igual o incluso mayor prodigio y belleza. Dicen también que los experimentos de los alquimistas en la época oscurantista no iban en realidad encaminados a la transmutación de los metales, sino a la transmutación del conjunto del universo. Dicho método, o arte, o ciencia, o como uno prefiera llamarlo (en el supuesto de que exista, o de que haya existido), tiene como simple objetivo la restauración de las delicias del paraíso primigenio; permitirle al hombre, si lo desea, vivir en un mundo de alegría y esplendor. Cabe la posibilidad de que exista dicho experimento y de que alguien lo haya logrado.

HAMPOLE

# 7. INTEGRACIÓN DE LA SOMBRA

Al principio de su carrera como «médico de los nervios», Sigmund Freud se desplazó a Nancy, en el este de Francia, para presenciar los trabajos del célebre hipnotizador, doctor Bernheim. Lo que Freud vio acabaría por moldear todas las corrientes principales de la psicoterapia occidental, desde Adler hasta Jung, la terapia Gestalt y Maslow. En un experimento típico realizado por Bernheim, se llevó al paciente a un trance hipnótico profundo y a continuación se le dijo que, cuando se le hiciera una señal determinada, cogiera un paraguas que se encontraba junto a la puerta, lo abriera y lo levantara sobre su cabeza. Cuando se dio la señal, el paciente hizo exactamente lo que se le había indicado. A continuación el médico le preguntó al paciente por qué había abierto el paraguas dentro de la sala y éste le respondió de un modo perfectamente razonable: «Deseaba averiguar a quién pertenecía», o «sólo pretendía asegurarme de que funcionaba correctamente», o «me interesaba descubrir la marca», o algo por el estilo. Todas eran buenas razones, pero ninguna de ellas evidentemente la correcta. El paciente realizaba un acto, pero a decir verdad no tenía la más remota idea del porqué. En otras palabras, el paciente tenía definitivamente una razón para abrir el paraguas, pero no estaba enterado de la misma; su verdadera razón era inconsciente y obedecía a fuerzas que al parecer no estaban en su mente consciente.

Freud elaboró por entero su sistema psicoanalítico alrededor de esta introspección básica, según la cual el hombre tiene necesidades o motivaciones de las que es inconsciente. Ahora bien, debido a que dichas necesidades o instintos son incons-

cientes, el individuo no está plenamente enterado de los mismos y, por consiguiente, nunca puede actuar en consecuencia con ellos para obtener satisfacción. En resumen, *el hombre no sabe lo que quiere*; sus verdaderos deseos son inconscientes y, por consiguiente, nunca son adecuadamente satisfechos. La consecuencia son las neurosis y las «enfermedades mentales», ya que es como si uno fuera completamente inconsciente del deseo de comer, nunca supiera que tiene hambre y, por tanto, jamás comiera, con lo que, sin duda, enfermaría gravemente. Ésta es una idea extraordinaria, cuya esencia se ha visto confirmada repetidamente en observaciones clínicas. Sin embargo, el problema estriba en que, si bien todo el mundo coincide en que el hombre tiene necesidades inconscientes, nadie se pone de acuerdo en cuanto a cuáles son dichas necesidades.

La confusión empezó con el propio Freud, que cambió tres veces de opinión en cuanto a la naturaleza de los deseos o instintos del hombre. Al principio creyó que se trataba del sexo y la supervivencia; a continuación pensó que era el amor y la agresión; por fin afirmó que eran la vida y la muerte. Desde entonces, los psicoterapeutas no han cesado en su empeño por descubrir las «verdaderas» necesidades del hombre. Tanto si las denominan necesidades como instintos, deseos, impulsos, motivaciones, o lo que sea, para el caso es lo mismo. Así Rank creyó que se trataba de la necesidad de una voluntad fuerte y constructiva; para Adler era la búsqueda de poder; en el caso de Ferenczi, la necesidad de amor y aceptación; para Horney, la seguridad; para Sullivan, satisfacciones biológicas y seguridad; para Fromm, la necesidad de significado; Perls creía que se trataba de la necesidad de crecer y madurar; para Rogers, autopreservación y mejora; para Glasser, la necesidad de amor y autoestima; etcétera, etcétera.

No es nuestra intención aumentar la confusión agregando lo que, a nuestro parecer, son las «verdaderas necesidades» del hombre, ya que aunque las distintas escuelas de psiquiatría y psicoterapia postulen necesidades humanas esencialmente diferentes, todas coinciden en la misma premisa bási-

ca, que el hombre es inconsciente de ciertos aspectos de su «yo», está aislado de los mismos, o mantiene escasa comunicación con ellos. Esos aspectos de su yo, de los que el hombre está aislado, es lo que hemos denominado sombra y a continuación nos proponemos explorar algunos de los métodos más viables, mediante los cuales el hombre puede ponerse de nuevo en contacto y acabar por ser nuevamente dueño de su enajenada sombra. Esto significa, en otras palabras, intentar reunir la persona, o autoimagen inexacta, con la sombra, o facetas aisladas del yo, a fin de desarrollar una autoimagen precisa y aceptable: ego.

Sin embargo, no nos limitaremos a exponer estas terapias del nivel egoico, ya que existe en la actualidad un auténtico zoológico de técnicas, sistemas, métodos, escuelas y disciplinas psicoterapéuticas, lo que en sí no es necesariamente lamentable, ya que, como pronto será evidente, hay una buena razón para que existan tantas escuelas diferentes. Pero el quid del problema, tan acuciante para el profesional como para el lego, consiste en discernir alguna semejanza de orden y estructura sintetizadora en este vasto complejo de sistemas psicológicos distintos y frecuentemente contradictorios. Ahora creemos que, utilizando como modelo el espectro de la conciencia, puede realmente demostrarse dicho orden oculto.

Una de las principales afirmaciones es que la conciencia, el universo no dual, puede aparentar que funciona en distintas aunque continuas modalidades, estados o niveles. Con la utilización de este modelo, estamos convencidos de que es posible integrar, de un modo bastante amplio y coherente, no sólo las principales escuelas de psicología y psicoterapia occidentales, sino también los conocidos como enfoques «orientales» y «occidentales» de la conciencia. Ya que si hay algo de verdad en el espectro de la conciencia y en las grandes tradiciones metafísicas que coinciden unánimemente con su tesis básica, pasa a ser inmediatamente evidente que *cada una de las principales aunque distintas escuelas de «psicoterapia» se dirigen simplemente a un nivel diferente del espectro.*

Por consiguiente, la razón primordial de que existan tan-

tas escuelas de psicología diferentes y no obstante aparentemente válidas, no es, como generalmente se supone, que todas consideren el mismo nivel de la conciencia y lleguen a conclusiones contradictorias, sino que se dirigen a *distintos* niveles de la conciencia y llegan, por tanto, a conclusiones *complementarias*. Así se empieza a discernir cierto método en esta algarabía de innumerables sistemas psicológicos aparentemente contradictorios. Si estamos de acuerdo con las grandes tradiciones metafísicas en que la conciencia es pluridimensional (es decir, aparentemente compuesta de numerosos niveles), a partir de ahí descubriremos que *las distintas escuelas de psicoterapia, orientales y occidentales, se encuadran de modo natural en un orden que abarca la totalidad del espectro de la conciencia*.

Esto nos facilita, por consiguiente, una guía verdaderamente coherente e integradora del gran número de psicoterapias actualmente existentes. Como ayuda para la elaboración de dicha guía, dedicaremos los próximos capítulos al estudio de las patologías, o mejor dicho *des*órdenes, más comunes en los niveles principales de la conciencia, así como las terapias desarrolladas para su tratamiento. Este estudio no pretende ser total ni definitivo, ya que a diario aparecen nuevas introspecciones psicológicas en distintos niveles. Por el contrario, facilita un esquema básico, una pauta invariable, al que podemos agregar nuevos datos conforme aumenta nuestro conocimiento.

Recordemos que cada nivel del espectro de la conciencia lo genera un dualismo/represión/proyección determinado, que conduce (entre otras cosas) a un estrechamiento progresivo de la identidad del universo (Mente) al organismo (existencial), a la psique (ego) y a partes de la psique (persona). Así, cada nivel del espectro es un productor potencial de cierto tipo de *des*órdenes, ya que cada uno representa un género determinado de enajenación del universo con respecto a sí mismo. En términos muy generales, la naturaleza de dichos *des*órdenes «empeora» progresivamente conforme se asciende por el espectro, ya que con cada nuevo nivel aparecen más

aspectos del universo con los que el individuo ha dejado de identificarse y que le resultan, por consiguiente, desconocidos y potencialmente amenazadores. Por ejemplo, en el nivel existencial, el hombre se imagina separado de su propio medio ambiente y, por tanto, potencialmente amenazado por el mismo. En el nivel egoico, el hombre se supone enajenado de su propio cuerpo, de modo que no sólo el medio ambiente sino su cuerpo le parecen posibles amenazas para su existencia. En el nivel de la sombra, el hombre parece haberse desvinculado incluso de partes de su propia psique, de modo que ahora el medio ambiente, su cuerpo e incluso su mente pueden parecerle extraños y amenazadores. Cada una de dichas enajenaciones, producto de un dualismo/represión/proyección determinado, es, por consiguiente, potencialmente generadora de un tipo específico de *des*órdenes. O, si se prefiere, de un tipo específico de represiones, proyecciones, procesos inconscientes, dualismos o fragmentaciones; desde el punto de vista del espectro de la conciencia, todos estos términos se refieren al mismo proceso de creación de dos mundos a partir de uno solo, que se repite con una nueva peculiaridad en todos y cada uno de los niveles del espectro.

Así pues, decir que cada nivel es producto de un dualismo/represión/proyección determinado, o que cada nivel se caracteriza por un estrechamiento de la identidad, o que cada nivel tiene su propio proceso inconsciente, equivale simplemente a afirmar que cada nivel tiene un conjunto característico de *des*órdenes potenciales. Nuestra función consistirá, como ya hemos indicado, en señalar estos conjuntos principales de trastornos característicos de cada nivel, así como las terapias que se han adaptado a los mismos. Esto nos brindará también la oportunidad de comentar las diversas «necesidades» e «impulsos» de cada nivel, su potencial de crecimiento en el mismo, las «virtudes positivas» de cada nivel, los procesos inconscientes del mismo, etcétera. En cuanto a las propias terapias, acabaremos por descubrir que, dado que cada nivel del espectro es generado por un dualismo/represión/proyección determinado, las terapias de cada nivel comparten el objetivo

común de curar y unificar el dualismo principal del mismo. Volveremos a este punto en el momento oportuno.

Un último detalle. Empezaremos con el nivel de la sombra y concluiremos con el de la Mente, siguiendo exactamente el proceso inverso al de la evolución de los niveles. Como descubriremos a su debido tiempo, existe una buena razón para ello. En estos momentos, baste con que comprendamos que emprendemos el camino psicológico de la involución, del regreso a la fuente, del recuerdo de la Mente: el descenso del espectro de la conciencia. Por tanto, empezaremos con las terapias cuyo objetivo es el de pasar del nivel de la sombra al egoico, descenderemos a continuación por el espectro a fin de examinar las terapias destinadas a la franja biosocial, para pasar acto seguido a las del nivel existencial; descenderemos entonces a las encaminadas a la gama transpersonal y concluiremos con las que operan en el nivel de la Mente. Por consiguiente, uno puede descender por el espectro lo mucho o poco que desee.

A fin de aprovechar plenamente los métodos destinados a la integración del nivel de la sombra, conviene recordar cómo se genera. Con el dualismo/represión/proyección cuaternario, se divide el ego, su unidad se reprime y la sombra, que originalmente era una faceta integral del ego, se proyecta ahora como extraña, enajenada, desposeída. En general, podemos pensar en la sombra como constituida por todas aquellas facetas potenciales del ego con las que hemos perdido contacto, que hemos olvidado y desposeído. Así pues, la sombra *puede* contener no sólo nuestros aspectos «malos», agresivos, perversos, ruines, «malvados» y demoníacos de los que hemos procurado desprendernos, sino también los aspectos «buenos», enérgicos, divinos, angélicos y nobles que hemos olvidado que nos pertenecen. A pesar de que procuramos desprendernos y desvincularnos de dichos aspectos, no dejan por ello de pertenecernos, y nuestro esfuerzo, a fin de cuentas, es tan inútil como si pretendiéramos desentendernos de nuestros codos. Y debido precisamente a que dichas facetas no dejan de pertenecernos, siguen actuando sin que dejemos de perci-

birlas, pero, puesto que *creemos* que no nos pertenecen, las interpretamos como si procedieran de los demás. Vemos nuestras propias cualidades en otra gente hasta tal punto que perdemos su rastro en nosotros mismos.

En el nivel egoico, esta enajenación de ciertos aspectos de nuestro yo tiene dos consecuencias básicas. La primera consiste en que dejamos de pensar que dichos aspectos nos pertenezcan y, por consiguiente, nunca podemos utilizarlos, operar en ellos, satisfacerlos, con lo cual nuestra actuación básica se ve enormemente reducida, limitada y frustrada. En segundo lugar, dichas facetas *parecen* existir ahora en el medio ambiente; hemos entregado nuestra energía a otros y ahora parece volverse contra nosotros, como de rebote. La perdemos y «la vemos» en el medio ambiente, desde donde amenaza nuestra existencia. En palabras del psiquiatra G. A. Young, «en este proceso el individuo se convierte en menos de lo que es y el medio ambiente en más de lo que es».[1] Acabamos por sacudirnos a nosotros mismos con nuestra propia energía. Como dice Fritz Perls, fundador de la terapia Gestalt, «en el momento en que ha tenido lugar una proyección, o cuando hemos proyectado algún potencial, dicho potencial se vuelve contra nosotros».[2]

No es difícil comprender cómo nuestra energía o potencial proyectado se vuelve contra nosotros; supongamos, por ejemplo, que dentro del yo emerge un impulso o estímulo, como el de trabajar, comer, estudiar o jugar. ¿Qué impresión nos causaría dicho impulso o estímulo si, debido al dualismo cuaternario, lo proyectáramos? El impulso emergería de todos modos, pero ya no lo sentiríamos como si nos perteneciera; el estímulo parecería ahora proceder del exterior, del medio ambiente, y, por consiguiente, no nos sentiríamos impulsados hacia el medio ambiente, sino estimulados por el mismo. En lugar de sentirnos impulsados a actuar, nos sentiríamos impulsados por la acción; en lugar de tener ímpetu, nos sentiríamos objeto del mismo; en lugar de interés, experimentaríamos presión; en lugar de deseo, obligación. La energía sigue siendo nuestra, pero debido al dualismo cuaternario su *fuente* pa-

rece externa a nosotros y, por consiguiente, en lugar de poseerla nos sentimos agobiados por la misma, abofeteados y maltratados por lo que parecen ser fuerzas «externas», manipulados como indefensas marionetas, de cuyos hilos tira *aparentemente* el medio ambiente.

Además, no sólo podemos proyectar nuestras emociones *positivas* de interés, ímpetu y deseo, sino también nuestros sentimientos *negativos* de ira, resentimiento, odio, rechazo, etcétera. Sin embargo, el resultado es el mismo: en lugar de sentirnos enojados con alguien, tenemos la sensación de que el mundo está enojado con nosotros; en lugar de sentir temporalmente odio por una persona, tenemos la sensación de que dicha persona nos odia a nosotros; en lugar de rechazar una situación determinada, nos sentimos rechazados. Al pasar a ser inconscientes de nuestras escasas tendencias negativas, las proyectamos en el medio ambiente, poblando el mundo de aterradores «cocos», diablos y fantasmas imaginarios: nos asustamos de nuestras propias sombras.

Ahora bien, además de proyectar *emociones* positivas y negativas, podemos también proyectar *ideas*, cualidades o rasgos, positivos o negativos. Cuando alguien proyecta sus cualidades positivas de valor y mérito personal en otra persona, ha entregado sus propias «bondades» y las ve como pertenecientes a otro individuo. La persona en cuestión tiene entonces la sensación de carecer de valor comparada con dicho individuo, que ahora le parece un superhombre, poseedor no sólo de sus propios atributos sino de los proyectados. Esta proyección de tendencias e ideas positivas tiene lugar frecuentemente en el amor romántico —tanto en el heterosexual como en el homosexual—, de modo que la persona enamorada le ofrece todo su potencial a su pareja y a continuación se siente abrumada por su supuesta bondad, sabiduría, belleza, etcétera. No obstante, «la belleza radica en el ojo del observador» y una persona románticamente enamorada lo está en realidad de los aspectos proyectados de sí misma, convencida de que la única forma de recuperar dichas bondades proyectadas consiste en poseer a la persona amada. El mismo mecanis-

mo es el que actúa en los casos de admiración y envidia desmesurada, ya que una vez más hemos hecho entrega de nuestro potencial, con la consiguiente sensación de que carecemos del mismo y viéndolo, por otra parte, como si perteneciera a otros. Nos creemos «inútiles» y el mundo a nuestros ojos parece estar lleno de gente capacitada, importante y admirable.

Asimismo, podemos proyectar cualidades negativas, sentir, por consiguiente, que carecemos de ellas y verlas, por el contrario, como pertenecientes a otros. Ésta es una situación más común, ya que nuestra tendencia natural al enfrentarnos a aspectos indeseables de nosotros mismos es simplemente negarlos y expulsarlos de la conciencia. Esto, evidentemente, es un gesto fútil, puesto que no por ello dejan de pertenecernos las ideas negativas y sólo podemos fingir que nos desprendemos de ellas al verlas en los demás. Ha empezado la caza de brujas. Un comunista debajo de cada cama; el diablo a la vuelta de cada esquina; nosotros, los buenos, nos enfrentamos a ellos, los malos. Nuestra apasionada lucha contra los demonios de este mundo no es más que un sofisticado combate de boxeo con las sombras.

A quienes no están familiarizados con la proyección en el nivel egoico, este mecanismo les parece inicialmente muy desconcertante y a veces absurdo, ya que indica que las cosas que más nos trastornan de los demás son en realidad aspectos desconocidos de nosotros mismos. Esta idea suele provocar resentimiento y una fuerte oposición. Sin embargo, como lo indicó Freud, la negación violenta es precisamente muestra de proyección; es decir, ¡si lo negáramos, no lo proyectaríamos! No obstante, sigue siendo cierto que «cree el ladrón que todos son de su condición» y nuestras críticas capciosas de los demás no son en realidad más que aspectos autobiográficos que no reconocemos. Si deseamos saber cómo es realmente una persona, escuchemos lo que dice sobre los demás.

A decir verdad, esto se deduce del descubrimiento original de Freud de que todas las emociones no son interpsíquicas e interpersonales, sino intrapsíquicas e intrapersonales; es de-

cir que las emociones (por lo menos *en el nivel egoico*) no se experimentan entre tú y yo, sino entre yo y yo.

Las denominadas neurosis son, por tanto, consecuencia de la emergencia del dualismo cuaternario, mediante el cual se rompe la integridad del nivel egoico, se reprime su unidad y se proyectan ciertas facetas en el medio ambiente. Con esta proyección cuaternaria, nos desentendemos y enajenamos de algunas de nuestras propias tendencias, las olvidamos y a continuación olvidamos que las hemos olvidado. La terapia en el nivel egoico involucra, por consiguiente, el recuerdo y recuperación de nuestras tendencias olvidadas, la reidentificación con nuestras facetas proyectadas y la reunión con nuestras sombras. En palabras del doctor Perls:

> Mucho material que nos pertenece, que forma parte de nosotros mismos, ha sido disociado, enajenado, desposeído, rechazado. El potencial restante no está a nuestra disposición. Pero estoy convencido de que en su mayoría *está* a nuestra disposición, aunque como proyecciones. Sugiero que partamos del imposible supuesto de que lo que creamos ver en otra persona o en el mundo no es más que una proyección... Podemos asimilar de nuevo, recuperar nuestras proyecciones, proyectándonos a nosotros mismos por completo hacia esa cosa o persona... Debemos hacer lo opuesto de la enajenación: identificarnos.[3]

He aquí algunos ejemplos que aclararán plenamente estos puntos. Hemos reunido los ejemplos en cuatro grupos, que representan las cuatro categorías principales de proyección: emociones positivas, emociones negativas, cualidades positivas y cualidades negativas. Los presentamos en el orden indicado.

1) *Proyección de emociones positivas*, tales como interés, deseo, ímpetu, motivación, anhelo, excitación, etcétera. John tiene una cita con Mary. Está enormemente emocionado y anticipa con anhelo el momento de recogerla en su casa. Al llamar a la puerta tiembla ligeramente de emoción, pero cuando el padre de Mary abre la puerta le entra pánico y se pone

muy «nervioso». Olvida lo emocionado que estaba inicialmente por reunirse con Mary y, en consecuencia, en lugar de interesarse por el medio ambiente, siente que el medio ambiente —el padre de Mary en particular— se interesa por él. En lugar de *observar* se siente *observado* y tiene la sensación de que la situación se ha centrado en él. John se está azotando con su propia energía (a pesar de que, probablemente, lo atribuirá al medio ambiente, en este caso a la «mala mirada» que le dirige el padre de Mary. Sin embargo, no hay nada en la situación propiamente dicha que «cause nerviosismo», ya que a mucha gente le gusta definitivamente conocer a los padres de sus parejas y trabar amistad con ellos; el problema no radica en la situación, sino en el propio John).

Además de atormentarse con su propia energía, John acabará en un círculo vicioso, ya que, como en todas las proyecciones del nivel egoico, cuanto más proyecte más tenderá a proyectar; cuanto más olvida su emoción, mayor es su proyección de la misma y, por consiguiente, mayor es el énfasis con que el medio ambiente parece concentrarse en él. Esto incrementa su emoción, que de nuevo proyecta, aumentando así la concentración aparente del medio ambiente en él, causándole a su vez más emoción... La única forma de salir de esa incómoda situación consiste en que John recupere su interés, se reidentifique con su emoción y *actúe en ella en lugar de ser víctima de la misma*. Normalmente esto ocurrirá en el momento en que Mary entre en la sala; John recuperará inmediatamente su interés y actuará de acuerdo con él, apresurándose a saludarla e integrando así su interés enajenado, ya que ahora observará el medio ambiente, en lugar de ser observado por el mismo.

En el momento en que John comenzó a sentir pánico y angustia, empezó a perder contacto con su excitación (no excitación sexual, sino simplemente excitación en general); la bloqueó, la rechazó y la proyectó. En estas condiciones, la excitación se experimenta como angustia, y, por el contrario, cuando sentimos angustia simplemente nos estamos negando a estar excitados, vivaces y vigorosos. La única salida de este

tipo de situación consiste en volver a ponernos en contacto con nuestros intereses y nuestra excitación; dejar que nuestro cuerpo se excite, respirar e incluso suspirar hondo, en lugar de tensar el tórax y reprimir la respiración; estremecerse y vibrar con energía, en lugar de pretender «conservar la compostura» e intentar dominar nuestra excitación con rigidez y «rigor»; permitir que nuestra energía se movilice y fluya en lugar de almacenarla. Cuando nos sintamos angustiados, lo único que necesitamos preguntarnos es: «¿Qué es lo que me excita?», o «¿cómo evito mi excitación natural?». El niño se limita a sentirse alegremente excitado, mientras que el adulto se siente incómodamente ansioso, sólo debido a que según aumenta el caudal de energía, los adultos la aislamos y proyectamos, mientras que los niños dejan que fluya. «La energía es un deleite eterno» y los niños son permanentemente encantadores, por lo menos hasta que se les enseña el dualismo cuaternario, a partir de cuyo momento —y al igual que los adultos— enajenan su excitación natural. La energía no deja por ello de movilizarse y acumularse, pero, debido al dualismo cuaternario, parece emerger del *exterior* y adquiere una naturaleza amenazadora. La angustia, por consiguiente, no es más que excitación e interés bloqueados y proyectados.

La mejor forma de experimentarlo es cuando uno está solo, ya que entonces puede «abandonarse» sin temor a comentarios condescendientes de severos testigos. Si se hace presente una sensación de angustia, no intentemos deshacernos de ella (enajenándola todavía más), entremos plenamente en ella; dejemos que el cuerpo se estremezca, tiemble, jadee; sigamos sus actos. Establezcamos contacto con dicha angustia dejando que estalle en excitación. Encontremos esa energía que quiere nacer y sintámosla plenamente, ya que la angustia es el nacimiento que se le niega a la excitación. Permitamos que esa energía nazca, reconozcámosla como nuestra, dejemos que fluya y la angustia cederá ante la vibrante excitación, la energía libremente movilizada y dirigida al exterior, en lugar de bloquearla y proyectarla, con lo que no hace más que afectarnos de rebote en forma de ansiedad.

Como ejemplo adicional de las consecuencias de la proyección de una emoción positiva, consideremos la enajenación del deseo. Jack tiene muchísimo interés en ordenar el garaje, que está hecho un asco y hace ya bastante tiempo que piensa limpiarlo. Por fin decide que lo hará el próximo domingo. En ese momento Jack está íntimamente en contacto con su deseo, quiere que el trabajo se realice, pero cuando llega el domingo le empiezan a entrar dudas sobre el tema. Durante varias horas da vueltas de un lado para otro cambiando cosas de lugar, soñando despierto, y comienza a perder contacto con su deseo. El deseo sigue presente, ya que de lo contrario Jack se limitaría a abandonarlo y hacer otra cosa. Todavía se propone llevarlo a cabo, pero empieza a enajenar y proyectar su deseo, y lo único que necesita para finalizar su proyección es una persona a quien «colgarle» el deseo proyectado. De modo que cuando su esposa asoma la cabeza para preguntarle, sin darle importancia, cómo va el trabajo, Jack replica enojado: «¡Déjame tranquilo!». Ahora tiene la sensación de que no es *él* sino su esposa quien quiere que ordene el garaje. La proyección es completa. Jack comienza a sentirse presionado por su esposa, cuando lo que experimenta en realidad es su propio deseo proyectado, ya que la «presión» que siente no es más que anhelo desplazado.

En este tipo de situaciones, la mayoría de nosotros solemos quejarnos de estar realmente sometidos a una enorme presión, no debida a nuestro deseo proyectado sino a la naturaleza intrínseca de la propia situación (el trabajo de la oficina, las «obligaciones» familiares, etcétera) y en consecuencia nuestro deseo de trabajar es muy escaso. Pero éste es precisamente el quid de la cuestión, el mero hecho de ser inconscientes de nuestro deseo conduce a nuestra sensación de estar presionados. A esto solemos responder que ciertamente nos encantaría que nos apeteciera trabajar, cocinar, lavar la ropa, o lo que se tercie, pero que el deseo está simplemente ausente. Sin embargo, el caso es que *el deseo está presente, aunque lo sentimos como deseo o presión procedente del exterior*. Dicha presión es nuestro propio deseo disfrazado; *si no tuviéramos*

*el deseo, simplemente no experimentaríamos la presión*. Sin la presencia del deseo, nos sentiríamos aburridos, indolentes, o quizás apáticos, pero nunca presionados. Asimismo, en nuestro ejemplo anterior, si John no tuviera realmente interés en salir con Mary, al pasar por su casa no sentiría ningún tipo de angustia; simplemente no le importaría, se sentiría normal o a lo sumo algo molesto, pero no ansioso. La angustia de John sólo es posible porque está realmente interesado por Mary, pero ha proyectado dicho interés y la presión *sólo* se experimenta donde hay un deseo proyectado.

Por consiguiente, Jack seguirá sintiéndose presionado y azuzado por su esposa, hasta que descubra que la única persona que le presiona para que ordene el garaje es el propio Jack, que la batalla es entre Jack y Jack, y no entre Jack y su esposa. Si llega a darse cuenta de ello, actuará en consonancia con su deseo en lugar de luchar contra el mismo y acabará por ordenar el garaje, que era lo que se proponía desde el primer momento. Los Putney lo resumen admirablemente como sigue:

> La alternativa autónoma consiste en trasladarse más allá de la presión, reconociendo que toda forma de presión persistente es el propio impulso proyectado. El individuo que reconozca que lo que siente es su propio impulso, nunca sentirá recelo ni opondrá resistencia a la presión; se limitará a actuar.[4]

Así pues, si nos sentimos presionados, no tenemos necesidad de inventar ni crear deseo alguno para escapar de la presión; estamos ya experimentando el deseo necesario, sólo que lo hemos calificado erróneamente de «presión».

2) *Proyección de emociones negativas*, tales como agresión, ira, odio, rechazo, resentimiento, etcétera. La proyección de emociones negativas es un hecho increíblemente común, especialmente en Occidente, donde el ambiente moral dominante del cristianismo popular exige que intentemos luchar contra todo «mal» y tendencias negativas, tanto en nosotros

mismos como en los demás; y aunque el propio Jesucristo aconsejó «no resistirse al mal», amarlo y ser su amigo, ya que «soy el Señor y no hay nadie más. Formo la luz y creo la oscuridad; hago la paz y creo el mal; yo, vuestro Señor, hago todas estas cosas», pocos somos los que amamos nuestras tendencias «malignas». Por el contrario, las odiamos y despreciamos, nos humillan y avergüenzan, y, por tanto, en lugar de integrarlas, procuramos enajenarlas. Con la emergencia del dualismo cuaternario, dicha enajenación se hace posible; o, mejor dicho, parece hacerse posible, ya que, aunque conscientemente la neguemos, no por ello deja de pertenecernos. La expulsamos de la conciencia, de forma que *parezca* proceder del medio ambiente; entonces *nosotros* creemos no tenerla, pero nos acosa por doquier. En realidad, cuando observamos a los demás y nos horroriza toda la maldad que «vemos» en ellos, sólo estamos contemplando el reflejo de nuestra propia alma.

La «salud y cordura» del ego exige, por consiguiente, que recuperemos e integremos nuevamente dichas tendencias «malignas» y negativas. Cuando lo hacemos, tiene lugar algo auténticamente asombroso: descubrimos que esas tendencias negativas que tanta aversión nos producía aceptar como nuestras una vez integradas adquieren un equilibrio armónico con nuestras tendencias positivas, y por tanto pierden su colorido supuestamente maligno. En realidad, esas tendencias negativas de odio y agresión sólo adquieren una naturaleza auténticamente maligna y violenta cuando las enajenamos, cuando las separamos de sus equilibradoras tendencias positivas de amor y aceptación, arrojándolas al exterior donde, aisladas de su contexto equilibrador, pueden parecer ciertamente perversas y destructivas. Cuando imaginamos incorrectamente que dichos aspectos demoníacos existen en realidad en el ambiente, en lugar de comprender que forman parte de nosotros mismos como necesario contrapeso de nuestras tendencias positivas, reaccionamos con violencia y maldad ante esa amenaza ilusoria, emprendemos con frecuencia descabelladas y brutales cruzadas, nos lanzamos a la matanza de «brujas» por su propio bien, desencadenamos guerras para «mantener la

paz», fundamos inquisiciones para «salvar almas». En resumen, una tendencia negativa enajenada y proyectada, amputada de su contexto equilibrador y dotada de vida propia, puede adquirir una naturaleza sumamente demoníaca e inducir actos verdaderamente destructivos, si bien esa misma tendencia, integrada armónicamente junto a su tendencia positiva equilibradora, adquiere una naturaleza suave y cooperadora. En este sentido, es un imperativo moral que para ser un buen cristiano cultivemos la amistad del diablo.

Además, raramente nos damos cuenta de que las tendencias buenas y malas no sólo se equilibran entre sí cuando están debidamente integradas, sino que —al igual que todos los términos opuestos— las unas son necesarias para las otras, no sólo porque el mal armoniza con el bien, sino que *el mal propiamente dicho es necesario para la propia existencia del bien.* En palabras de Rilke, «si me abandonan mis demonios, temo que lo hagan también mis ángeles». Lao Tzu dice:

> ¿Hay diferencia entre sí y no?
> ¿Hay diferencia entre el bien y el mal?
> ¿Debo temer lo que otros temen? ¡Qué bobada!
> Tener y no tener emergen juntos,
> difícil y fácil se complementan entre sí,
> largo y corto se contrastan entre sí,
> alto y bajo se apoyan entre sí,
> delante y detrás se siguen mutuamente.[5]

Y Chuang Tzu concluye:

> De modo que quienes dicen que se quedarían con el bien sin su correlato, el mal, o con un buen gobierno sin su correlato, el desorden, no asimilan los grandes principios del universo ni la naturaleza de toda la creación. Equivale a hablar de la existencia del cielo sin la de la tierra, o del principio negativo sin el positivo, lo que es claramente imposible. Sin embargo, hay quien lo discute incesantemente; deben ser estúpidos o truhanes.[6]

La gente odia la oscuridad de sus tendencias negativas, al igual que los niños odian la oscuridad de la noche, pero así

como sin la oscuridad de la noche no reconoceríamos la luz del día, si no poseyéramos aspectos negativos, tampoco reconoceríamos los positivos. Nuestras tendencias negativas y positivas son, por consiguiente, como los valles y las montañas de un hermoso paisaje; no puede haber montañas sin valle, ni viceversa, de modo que los que ofuscadamente pretenden aniquilar los valles eliminarán al mismo tiempo las montañas.

Procurar deshacernos de nuestras tendencias negativas, intentar destruirlas y eliminarlas, sería una idea excelente... si fuera posible. El problema es que no lo es, que nuestras tendencias negativas que procuramos alejar de nuestra vista siguen aferradas a nosotros y vuelven para atormentarnos con síntomas, neuróticos de temor, depresión y angustia. Desvinculadas de la conciencia, adquieren un aspecto amenazador, totalmente desproporcionado respecto a su verdadera naturaleza. Podemos dominar la maldad entablando amistad con la misma; nos limitamos a avivarla al enajenarla. Integrado, el mal se suaviza; proyectado, se torna ruin y, así, quienes pretendían eliminar la maldad habrán contribuido considerablemente a su victoria. En palabras de Ronald Fraser:

> Te ruego que algún día recuerdes que te he dicho que el odio de la maldad refuerza la maldad y que la oposición refuerza aquello a lo que se opone. Ésta es una ley de una exactitud igual a la de las leyes matemáticas.[7]

O, según el teólogo Nicholas Berdyaev:

> Satán se regocija cuando logra inspirarnos con sus propios sentimientos diabólicos. Él es quien gana cuando sus propios métodos se dirigen contra sí mismo... La continua denuncia del mal y de sus agentes no hace más que alentar su crecimiento en el mundo; verdad suficientemente patente en los evangelios, pero ante la que permanecemos persistentemente ciegos.[8]

Como ejemplo de la proyección de emociones negativas, comencemos con el odio. Martha abandona su casa para asistir a un «sofisticado» colegio para señoritas en la costa Este.

En el instituto, estaba en íntimo contacto con sus emociones negativas de odio, por lo que su odio no era en absoluto violento ni malicioso, sino más bien suave y llevadero, de un género que podríamos denominar pillería, travesura, extravagancia o cinismo suave.

> Esta actitud de cinismo suave ha sido siempre característica de la gente eminentemente culta y humanista, en compañía de quienes pueden «relajarse» entre sí y expresar su cálida amistad en términos de «¿cómo te va, viejo pícaro?». La posibilidad de que exista un cariñoso afecto entre seres humanos depende enteramente de que se reconozca y acepte cierto elemento de picardía en uno mismo y en los demás... El poder del fanatismo, por «eficaz» que sea, se adquiere siempre a costa del inconsciente, y sea su causa buena o mala es ineludiblemente destructivo, porque actúa contra la vida: niega la ambivalencia del mundo natural.[9]

El caso, una vez más, es que cuando somos conscientes de un ligero odio por nuestra parte, en realidad no se trata de odio propiamente dicho, ya que está mezclado y armonizado con nuestras emociones positivas de amor y cariño, que dotan al odio integrado de unas cualidades muy suaves y frecuentemente humorísticas. El psiquiatra Bob Young saluda a sus íntimos amigos con un «¡Hola, viejo cabrón!», e incluso ha fundado un club llamado YRENRO DRATSAB —que significa «pícaro cabrón» escrito en inglés y a la inversa— cuyo único objetivo es el de «promocionar el arte gentil del *antiamor fraternal*».

Martha estaba en contacto con su faceta caprichosa y picaresca, su odio integrado, que formaba una parte muy constructiva de su carácter. Pero al llegar a la universidad se encuentra con un círculo de amigas extraordinariamente relamidas, que tratan con sumo desdén toda expresión de picardía. En muy poco tiempo, Martha empieza a perder contacto con su odio y, por consiguiente, comienza a proyectarlo. Entonces, en lugar de odiar el mundo con ternura y picardía, siente que el mundo la odia a ella. Como era previsible, pierde su sentido del humor y se apodera de ella una profunda sensación de

que absolutamente nadie la quiere; «odio el mundo» se ha convertido en «el mundo me odia», pero así como lo primero induce un mundo de picardía, lo segundo conduce a un mundo de horror.

Muchos andamos por la vida (o por lo menos por el instituto) con la sensación de que «nadie nos quiere» y consideramos que eso es terriblemente injusto porque, evidentemente, nadie nos desagrada. Pero éstos son precisamente los dos síntomas distintivos de la proyección en el nivel egoico: lo vemos en todos los demás, pero lo imaginamos ausente en nosotros mismos. Sentimos que el mundo nos odia *sólo porque* somos inconscientes de esa pequeña parte de nosotros mismos que odia gentilmente el mundo.

En general, lo mismo ocurre cuando proyectamos otras emociones negativas como la agresión, la ira y el rechazo. En lugar de atacar el ambiente con gentileza y buen humor, dirigimos dichas emociones contra nosotros mismos y creemos que el ambiente nos ataca maliciosamente. La agresión, por ejemplo, es un rasgo de la personalidad sumamente útil cuando somos plenamente conscientes de la misma, ya que nos permite relacionarnos de un modo eficaz con el medio ambiente. Si no estamos dispuestos simplemente a «tragarnos» todo lo que se nos diga ni todas las experiencias que se crucen en nuestro camino, debemos ser capaces de atacar activamente, desmenuzar, «masticar» a fondo; no con malicia, pero sí con ímpetu e interés.

> Si uno es capaz de comprender la necesidad de una actitud agresiva, destructiva y reconstructiva hacia cualquier experiencia que uno desee hacer realmente suya, apreciará la necesidad de... conceder a la agresión su debido valor, en lugar de tildarla verbosamente de «antisocial».[10]

A decir verdad, los actos agresivos de violencia antisocial no son consecuencia de la agresión integrada, sino de la agresión reprimida y enajenada, ya que al «embotellarla» aumenta enormemente la fuerza de la agresión, al igual que el vapor

en una olla a presión, que puede acabar explotando violentamente. Una vez más, parece un imperativo moral integrar y hacer conscientes nuestras tendencias agresivas. Sin embargo, la mayoría hacemos exactamente lo opuesto; procuramos negarlas y ocultarlas en el inconsciente. A estas alturas, no obstante, debe ser evidente que dichas tendencias no por ello dejan de pertenecernos y siguen operando, aunque ahora las experimentemos como si procedieran del medio ambiente y, por tanto, tengamos la sensación de que el mundo nos ataca. En resumen, tenemos miedo. «El proyector está conectado... con su agresión proyectada por el miedo.» Así como la excitación proyectada se siente como angustia y el deseo proyectado como presión, la agresión proyectada se siente como miedo.

«El caso es —responderán algunos— que hay ciertamente momentos en los que siento miedo, pero mi problema es precisamente no ser un tipo agresivo; tengo miedo a menudo, pero nunca me siento agresivo.» ¡Exactamente! ¡No sentimos la agresión porque la hemos proyectado y la experimentamos en forma de miedo! La propia experiencia del miedo no es más que nuestra sensación de agresión camuflada, que hemos dirigido contra nosotros mismos. No es necesario inventar la agresión, *está ya presente en forma de miedo*, y por consiguiente lo único que tenemos que hacer es llamar al miedo por su propio nombre: *agresión*. La expresión «el mundo me ataca emocionalmente» sería más exacta si dijera «yo ataco emocionalmente al mundo».

Si la agresión proyectada se siente como miedo, la ira proyectada se experimenta como depresión. El rechazo iracundo del mundo, que todos experimentamos de vez en cuando, es útil para estimular una actuación constructiva, pero si se enajena y se proyecta, comenzamos a sentir que el mundo nos rechaza con ira a nosotros. En esas circunstancias, el mundo parece muy inhóspito y, comprensiblemente, nos sentimos muy deprimidos. En lugar de salir, la ira invierte su rumbo al dirigirla contra nosotros mismos y a continuación sufrimos el terrible efecto de su azote. Transformado el furor en tristeza,

nos convertimos en víctimas deprimidas de nuestra propia ira. Lo único que debe hacer la persona que esté deprimida es preguntarse: «¿Qué es lo que tanto me enfurece?» y a continuación comprender que no es cuestión de «tristeza» sino de furor.

3) *Proyección de cualidades positivas* tales como bondad, fuerza, sabiduría, belleza, etcétera. Además de emociones, podemos también proyectar rasgos, cualidades y características personales, hasta llegar a sentirnos totalmente desprovistos de dichas características, cuando parecen abundar en todos los demás. Cuando se trata de cualidades buenas y positivas, como la belleza o la sabiduría, nos aterra la cantidad de superhombres que parecemos tener a nuestro alrededor, puesto que les hemos ofrecido todos nuestros atributos. Ésta es la base del amor romántico, pero también se da con frecuencia en los matrimonios y en las relaciones amistosas, entre médico y paciente, o entre profesor y alumno. Hay una anécdota de una mujer sometida a psicoterapia, que había proyectado toda su bondad en su terapeuta, como consecuencia de lo cual sentía una admiración y adoración absoluta por él. Como muestra de su aprecio, decidió regalarle una hermosa corbata azul celeste que, en sus propias palabras, «hace juego con sus encantadores ojos azules, tan llenos de sabiduría». El caso es que el terapeuta tenía los ojos *castaños* y cuando le entregó la corbata que supuestamente hacía juego con sus ojos azules de tanta sabiduría, éste cogió un espejo y lo colocó ante el rostro de la paciente. «Dígame —preguntó—, ¿quién tiene unos hermosos ojos azules llenos de sabiduría?» Como es de suponer, la mujer tenía unos hermosos ojos intensamente azules. Como siempre, tanto la belleza como la sabiduría están en la mirada del observador y cuando sentimos por alguien una admiración desmesurada es porque hemos construido un pedestal para dicha persona con nuestro propio potencial.

4) *Proyección de cualidades negativas*, tales como prejuicios, esnobismo, melindrería, mezquindad, etcétera. Al igual

que la proyección de emociones negativas, también es muy común en nuestra sociedad la de cualidades negativas, ya que somos víctimas del engaño de que lo «negativo» equivale a «indeseable». Así pues, en lugar de intimar con los rasgos negativos de integrarlos, los enajenamos y proyectamos, viéndolos en todos los demás pero no en nosotros mismos. Como siempre, no por ello dejan de pertenecernos, por lo que:

> Las acusaciones que A lanza contra B son aspectos embarazosos de la autobiografía de A. La introspección de A de las motivaciones enfermizas de B revela los motivos de A, ya que una persona sólo puede tener una introspección de otra por analogía con su propia experiencia. Tanto si las proyecciones encajan como si no, donde mejor se ajustan las acusaciones y las introspecciones es en su lugar de procedencia: en uno mismo.[11]

Por ejemplo, en un grupo de diez chicas, a nueve les gusta Jill, pero la décima, Betty, no puede soportarla, porque, según explica Betty, Jill es una remilgada, y Betty detesta la melindrería. Por ello se esfuerza en convencer a sus amigas de la supuesta melindrería de Jill, pero nadie parece estar de acuerdo con ella, lo que la pone todavía más furiosa. Puede que sea evidente que la única razón por la que Betty detesta a Jill es su propia tendencia inconsciente a la melindrería que, al proyectarla en Jill, transforma el conflicto entre Betty y Betty en un conflicto entre Betty y Jill. Jill, por supuesto, no tiene nada que ver con dicha pugna, limitándose a actuar como espejo involuntario del desprecio que Betty siente por sí misma.

Todos tenemos áreas inaccesibles, tendencias y rasgos que simplemente nos negamos a aceptar como nuestros, y que, por consiguiente, arrojamos al medio ambiente, donde acumulamos nuestra ira e indignación puritanas para luchar contra los mismos, ofuscados por un idealismo que nos impide reconocer que la batalla es interna y que el enemigo está en casa. Y lo único que precisamos para integrar dichas facetas es tratarnos a nosotros mismos con el mismo cariño y consideración que dispensamos a los demás. Como dice Jung con suma elocuencia:

> La aceptación de uno mismo es la esencia del problema moral y compendio de todo un enfoque de la vida. Dar de comer al hambriento, perdonar un insulto, amar al enemigo en nombre de Jesucristo son sin duda grandes virtudes. Lo que le hago al último de mis hermanos, se lo estoy haciendo a Jesucristo. Pero ¿qué ocurre si descubro que el más insignificante entre todos ellos, el más miserable de los mendigos, el más procaz de los pecadores, el mismísimo enemigo se halla dentro de mí y que soy yo quien necesita la limosna de mi propia condescendencia, que soy yo el enemigo que debe ser amado, qué ocurre entonces?[12]

Para resumir el tema y encuadrarlo en el contexto del espectro de la conciencia, nuestra energía (*Brahma*, nivel de la Mente) se moviliza y acumula, pasa por la gama transpersonal para llegar por fin al nivel existencial por el que también pasa, hasta llegar a la franja biosocial, donde adquiere *la forma de una idea y la dirección de una emoción*. Nuestra energía, revestida ahora con ideas y emociones, llega al nivel egoico donde, si el dualismo/represión/proyección cuaternario ha tenido ya lugar, dichas ideas, cualidades y emociones, tanto positivas como negativas, se enajenan y proyectan, de modo que no parecen proceder de uno mismo sino del medio ambiente. Este último dualismo principal, que crea el nivel de la sombra, ha sido objeto de nuestro interés y lo han descrito sucintamente Perls, Hefferline y Goodman:

> Una proyección es un rasgo, actitud, sentimiento o aspecto de la conducta perteneciente en efecto a su propia personalidad, pero que el individuo no experimenta como tal; por el contrario, lo atribuye a personas u objetos ajenos y lo experimenta como dirigido *hacia él* por los demás, en lugar de a la inversa. El proyector, por ejemplo, inconsciente de que rechaza a los demás, cree que son ellos quienes le rechazan a él; o, inconsciente de su tendencia a la insinuación sexual, cree que son los demás quienes se le insinúan.[13]

Las consecuencias de este dualismo cuaternario tienen siempre una doble vertiente. Por una parte, llegamos a convencernos de que carecemos por completo de la cualidad que proyectamos y, por consiguiente, al estar fuera de nuestro al-

cance, no la utilizamos ni nos servimos de ella, ni satisfacemos ninguna de sus necesidades, provocando una frustración y una tensión crónicas. Por otra parte, vemos dichas cualidades como existentes en el medio ambiente, donde adquieren unas proporciones horrendas y aterradoras, de modo que acabamos por flagelarnos con nuestra propia energía.

La proyección en el nivel egoico es fácilmente identificable. Si alguna persona o cosa en el medio ambiente *nos facilita información*, lo más probable es que no estemos proyectando; sin embargo, si nos *afecta*, es plausible que seamos víctimas de nuestras propias proyecciones. Por ejemplo, es perfectamente posible que Jill fuera una melindrosa, pero ¿sería ésa una buena razón para que Betty la odiara? Evidentemente, no; Betty no recibió simplemente *información* de que Jill fuera una mojigata, sino que quedó fuertemente *afectada* por su melindrería, lo que indica con toda seguridad que el odio que Betty sentía por Jill no era más que autodesprecio proyectado o extrovertido. Asimismo, cuando Jack intentaba decidir si limpiar o no el garaje y su esposa se interesó por lo que hacía, su reacción fue exagerada. Si en realidad no hubiera deseado ordenar el garaje, si hubiese sido verdaderamente inocente de dicho impulso, se habría limitado a responder que había cambiado de opinión. Pero, en su lugar, se indignó con ella; ¡vaya desfachatez, *ella* pretendía obligarle a limpiar el garaje! Jack proyectaba su propio deseo y lo experimentaba como presión, de modo que la inocente pregunta de su esposa no actuó sólo como *información*, sino que le *afectó* profundamente; Jack se sentía injustamente presionado. Y *ésa* es la diferencia fundamental; lo que vemos en los demás es más o menos correcto si se limita a *facilitarnos información*, pero se trata definitivamente de una proyección si nos produce un fuerte *efecto* emocional. De modo que, si nos sentimos excesivamente apegados a alguien (o algo) o eludimos emocionalmente u odiamos a alguien, estamos abrazando o luchando respectivamente con la sombra y no cabe duda de que el dualismo/represión/proyección cuaternario ha tenido lugar.

El desmantelamiento de una proyección representa un «descenso» por el espectro de la conciencia (del nivel de la sombra al egoico), ya que ampliamos nuestra área de identificación al recuperar aspectos de nosotros mismos anteriormente enajenados. Y el primer paso, el paso preliminar, consiste siempre en darse cuenta de que lo que creíamos que el medio ambiente nos hacía de un modo mecánico, es en realidad *algo que nos hacemos a nosotros mismos; nosotros somos los responsables*. En palabras de Laing:

> Existe, por consiguiente, cierta validez fenomenológica en referirnos a dichas «defensas» (como la proyección) con el término «mecanismo». Pero no debemos deternos ahí. Están dotadas de esa cualidad mecánica debido a que la persona, por el modo en que las experimenta, está disociada de ellas. Aparenta, ante sí misma y los demás, padecerlas (como si fueran «ajenas» a ella)...
>
> Pero esto sólo es cierto desde la perspectiva de su propia experiencia enajenada. Cuando empieza a *des*enajenarse (integrar sus proyecciones) logra en primer lugar ser consciente de ellas, en el caso de que no lo fuera, para dar a continuación el segundo paso, todavía más fundamental, consistente en *comprender progresivamente que ésas son cosas que hace o se ha hecho a sí misma*.[14]

Por consiguiente, si me siento angustiado, probablemente alegaré que soy víctima indefensa de dicha tensión, que la gente o las situaciones que me rodean *causan* mi ansiedad. El primer paso consiste en ser plenamente consciente de la angustia, entrar en contacto con ella, temblar, estremecerse y jadear —*realmente sentirla*, darle la bienvenida, expresarla— y así darme cuenta de que yo soy el responsable, de que aumenta mi tensión, de que estoy bloqueando mi excitación y, por tanto, experimentando angustia. Yo soy quien se lo causa a sí mismo, de modo que la angustia es un asunto entre yo y yo, y no entre yo y el medio ambiente. Pero este cambio de actitud significa que si bien antes enajenaba mi excitación, desvinculándome de la misma y alegando ser su *víctima*, ahora *acepto la responsabilidad de lo que me hago a mí mismo*. Esto queda claramente demostrado en el siguiente diálogo

entre el terapeuta gestalt, Fritz Perls (F), y su «paciente» Max (M), en el que Max empieza por desentenderse de toda responsabilidad en relación con sus «síntomas»:

> M.: Me siento tenso. Mis manos están tensas.
>
> F.: Sus manos están tensas. No tienen nada que ver con usted.
>
> M.: Me siento tenso.
>
> F.: Está tenso. ¿Cómo está tenso? ¿Qué está haciendo? Usted ve la persistente tendencia a (enajenar aspectos de nosotros mismos mediante) la materialización; siempre intentando forjar algo a partir de un proceso...
>
> M.: Me estoy poniendo tenso.
>
> F.: Eso es. Examine la diferencia entre las palabras «me estoy poniendo tenso» y «aquí hay tensión». Cuando dice «siento tensión», usted es irresponsable, no es responsable de la misma, es impotente y no puede hacer nada para remediarla. El mundo debería hacer algo, darle una aspirina o lo que fuera. Pero cuando dice «me estoy poniendo tenso» se hace responsable y observamos la aparición de la primera muestra de excitación vital.[15]

La tensión y la angustia de Max pronto se transforman en excitación y Perls comenta:

> Evidentemente, hacerse responsable de su propia vida y ser rico en experiencia y habilidad (son) cosas idénticas. Y a esto es a lo que aspiro durante este breve ciclo de conferencias, a hacerles comprender los enormes beneficios de responsabilizarse de todas sus emociones, de cada movimiento que hacen, de cada pensamiento que fraguan... y no responsabilizarse de *nadie* más. El mundo no está aquí para su expectación, ni tienen por qué vivir para la expectación del mundo. Nos afectamos mutuamente siendo sinceramente lo que somos y no *estableciendo* intencionadamente contacto.[16]

Más adelante, el doctor Perls resumió el conjunto del tema con mayor claridad:

> Mientras luchen contra un síntoma, empeorarán. Si se hacen responsables de lo que se están haciendo a sí mismos, cómo producen sus síntomas, cómo producen su enfermedad, cómo producen su existencia, en el mismo momento en que establezcan contacto consigo mismos, empezará el crecimiento, comenzará la integración.[17]

Si el primer paso en la «curación» de las proyecciones de la sombra consiste en responsabilizarse de dichas proyecciones, para el segundo basta con *invertir* la dirección de la propia proyección y hacerles delicadamente a los demás lo que hasta entonces nos hemos hecho despiadadamente a nosotros mismos. De modo que «el mundo me rechaza» se traduce libremente por «¡rechazo, por lo menos de momento, este maldito mundo!». «Mis padres quieren que estudie» se convierte en «quiero estudiar». «Mi pobre madre me necesita» se traduce por «necesito estar cerca de ella». «Tengo miedo de estar solo» pasa a ser «¡no estoy dispuesto a darle a nadie ni los buenos días!». «Todo el mundo me mira con recelo» se convierte en «me interesa observar críticamente a la gente».

Volveremos inmediatamente a estos dos pasos básicos de responsabilidad e inversión, pero en este momento señalemos que en todos los casos de proyección de la sombra hemos intentado «neuróticamente» convertir nuestra autoimagen en aceptable, a costa de su inexactitud. Todas esas facetas de nuestra autoimagen, nuestro ego, incompatibles con lo que a nivel superficial parecen nuestros mejores intereses, o todos aquellos aspectos inconjugables con las franjas filosóficas, o todas esas facetas enajenadas en momentos de tensión, encrucijada o doble vínculo, todo ese autopotencial ha sido abandonado. Por consiguiente, nuestra identidad ha quedado reducida sólo a una fracción de nuestro ego; a saber, la distorsionada y empobrecida *persona*. Y así, de un solo plumazo, quedamos condenados a que nos persiga indefinidamente nuestra propia sombra, a la que ahora negamos hasta la más mínima audiencia consciente. Pero la sombra jamás deja de expresarse, abriéndose paso en la conciencia en forma de angustia, culpabilidad, miedo y depresión. La sombra se convierte en síntoma y se nos aferra como un vampiro a su presa.

En términos un tanto figurativos, cabe afirmar que hemos dividido el *concordia discors* de la psique en numerosas polaridades, contrarios y opuestos, por conveniencia denominados colectivamente dualismo cuaternario, es decir, la separación de la persona y la sombra. Por consiguiente, la sombra

existe precisamente como *opuesto* de lo que nosotros, como personas, creemos consciente y deliberadamente ser.

De modo que es fácil deducir que, si uno desea saber cómo ve su sombra el mundo, a modo de experimento personal, no tiene más que *asumir exactamente lo opuesto de lo que conscientemente desee, le guste, sienta, quiera, se proponga o crea*. Así podrá ponerse conscientemente en contacto con sus opuestos, expresarlos, interpretarlos y finalmente recuperarlos. Después de todo, uno los domina o le dominan a uno; la sombra nunca deja de manifestarse. Si algo hemos aprendido en este capítulo ha sido a ser juiciosos *conocedores* de nuestros opuestos, o de lo contrario nos veremos obligados a *defendernos* de ellos.

Ahora bien, utilizar los opuestos, ser conscientes de nuestras sombras y acabar por recuperarlas, no significa necesariamente *actuar* en ellas. Al parecer, casi todo el mundo teme enfrentarse a sus opuestos por miedo a que le dominen. Y, sin embargo, ocurre exactamente lo contrario: acabamos siguiendo, totalmente contra nuestra voluntad, los dictámenes de la sombra sólo cuando ésta es inconsciente.

Como ejemplo sumamente esquemático, imaginemos que Ann está convencida de que lo que realmente desea hacer en la vida es ser abogada. Tan segura está Ann de su vocación, que no permite que la más mínima duda perturbe su mente. La perspectiva de dicha carrera le resulta sumamente agradable y todo parece indicar que sería muy feliz en esa situación. Sin embargo, está amargada porque, según explica ella misma, sabe que su marido se opondrá a sus proyectos. A decir verdad, es evidente que no tiene nada que ver con él y Ann sabe que, en realidad, no intentará impedirle que se dedique a las leyes. Pero está simplemente convencida de que no le parecerá bien, lo cual —por varias razones— le resultaría agobiante y convertiría una profesión ya difícil en imposible.

No obstante, el caso es que Ann no ha llegado a preguntarle a su marido lo que opina de su propósito de ser abogada, lo que según ella es innecesario, ya que se opondría rotundamente. De modo que durante algún tiempo —y no es inusual

que este tipo de situaciones se prolongue varios años— Ann vive en una semiagonía, llena de resentimiento secreto con su marido por una parte y actuando abiertamente como mártir por la otra, ante la enorme confusión y frustración de su pareja. Por fin el conflicto sale ineludiblemente a la luz del día y Ann le recrimina enojada a su marido su supuesta oposición a su proyectada carrera, pero queda absolutamente perpleja al descubrir que él, con toda sinceridad, no tiene nada que objetar a sus deseos. Aunque el ejemplo sea superficial, representa un drama muy básico en el que todos hemos participado en un momento u otro.

Por consiguiente, cabe preguntarse: ¿Qué había realmente tras dicha estrategia? La orientación consciente de Ann consistía en un deseo supuestamente puro de convertirse en abogada. Sin embargo, Ann no podía haber sabido que lo que le apetecía era estudiar derecho si a una pequeña parte de ella misma no le hubiera desagradado. Una imagen no se mantiene en la conciencia, a no ser que exista un campo contrastante que la realce. Pero, para Ann, el hecho de ser consciente de una parte insignificante de sí misma que lo habría mandado todo a la porra, contribuía a su exclusiva convicción vocacional. Por consiguiente, había intentado negar su pequeño aunque absolutamente necesario desagrado del derecho, pero lo único que había logrado —como siempre en el caso de las proyecciones— había sido negar que le *perteneciera*. Pero seguía perteneciéndole y la oposición desterrada no dejaba de reclamar su atención. De modo que sabía que *alguien* se esforzaba cada vez más en expresar su rechazo ante su propuesta carrera jurídica, pero, dado que evidentemente no era ella, sólo tenía que elegir a un candidato. Cualquiera habría servido, pero necesitaba uno como mínimo. De modo que, para su mayor aunque atormentada gloria, entró su marido en escena y ahí, en el medio ambiente, en la persona de su esposo, ampliado y percibido como a través de una lupa psíquica, no hacía más que contemplar el rostro de su propia sombra, de su opuesto enajenado. «¡La *osadía* de ese cabronazo, de pretender que *yo* no vaya a la facultad de derecho!»

Debido a que, en lugar de enfrentarse a su opuesto, Ann lo proyectaba, el opuesto tenía en realidad la última palabra; Dios sabe durante cuánto tiempo, por lo menos en lo que a su conducta se refiere, Ann rechazó el derecho y no hizo la carrera. Cuando por fin quedó claro que, a decir verdad, a su esposo le encantaba la idea, Ann se quedó con su proyección en el aire. Si en ese momento tiene el buen sentido de enfrentarse por fin a su opuesto, por primera vez estará en condiciones de evaluar de un modo consciente y realista los pros y los contras de su deseo y tomar una decisión sensata. Sea cual fuere su decisión, la tomará libremente y sin sentirse presionada.

El caso es que para tomar una decisión o elegir de forma válida, debemos ser plenamente conscientes de ambos bandos, ambos opuestos, y si una de las alternativas es inconsciente, es probable que nuestra decisión esté lejos de ser sensata. En todas las áreas de la vida psíquica, como lo demuestran este ejemplo y todos los demás de este capítulo, debemos enfrentarnos a nuestros opuestos y recuperarlos, lo que no significa necesariamente *actuar* en los mismos, sino sólo ser *conscientes* de su existencia.

Conforme uno se enfrenta progresivamente a sus opuestos, cada vez es más evidente —y esto es algo en lo que no nos cansamos de insistir— que, dado que la sombra es una faceta real e integral del ego, todos los «síntomas» y molestias que ésta parece infligirnos son en realidad síntomas y molestias que nos infligimos a nosotros mismos, por mucho que protestemos conscientemente de lo contrario. *Es verdaderamente como si yo, por ejemplo, me propinara adrede dolorosos pellizcos, pero sin proponérmelo.* Sean cuales fueren los síntomas en dicho nivel —culpabilidad, miedo, angustia, depresión—, todos son, de un modo u otro, consecuencia estricta de mis pellizcos «mentales». Y esto significa ineludiblemente que, por increíble que parezca, *tengo tanto deseo de que el doloroso síntoma en cuestión, sea cual fuere su naturaleza, permanezca, como de que desaparezca.*

Por consiguiente, el primer opuesto al que uno puede intentar enfrentarse es el deseo secreto de la sombra de mante-

ner y conservar dichos síntomas, ese deseo inconsciente de pellizcarse a uno mismo. Además, permítasenos la audacia de sugerir que, cuanto más absurdo le parezca esto a un determinado individuo, más desvinculado está de su propia sombra, de esa parte de sí mismo *responsable* de los pellizcos.

Por consiguiente, preguntarse «¿cómo puedo librarme de dichos síntomas?» equivale a emprender desde el primer momento el camino equivocado, ya que sugiere que no es *uno mismo* quien los produce. Sería como preguntarse «¿cómo puedo dejar de pellizcarme?». Mientras uno se pregunte cómo dejar de pellizcarse, mientras *intente* dejar de hacerlo, es evidente que no se habrá dado cuenta de que es *uno mismo* quien se pellizca. En estas circunstancias, el dolor persiste o incluso aumenta. Si uno se da claramente cuenta de que se está pellizcando a sí mismo, no se pregunta cómo dejar de hacerlo, ¡para inmediatamente! Hablando claro, la razón por la que el síntoma no desaparece es precisamente el hecho de que uno intente hacerlo desaparecer. Ésta es la razón por la que Perls afirma que mientras uno persista en luchar contra un síntoma, lo que hace es empeorarlo. El cambio deliberado nunca funciona, porque excluye la sombra.

Así pues, el problema *no* está en eliminar un síntoma, sino en procurar deliberada y conscientemente incrementarlo, experimentarlo plenamente. Si está deprimido, procure deprimirse todavía más. Si está tenso, intente incrementar más su tensión. Si se siente culpable, procure *literalmente* aumentar su sensación de culpabilidad. De ese modo, uno reconoce e incluso se solidariza por primera vez con su propia sombra, pasando a hacer conscientemente lo que hasta entonces ha hecho inconscientemente. Cuando uno, a nivel de experimento personal, invierte conscientemente la totalidad de su propio ser en la producción activa y deliberada de los síntomas en cuestión, en realidad habrá *reunido su persona con su sombra*. Uno se habrá puesto conscientemente en contacto con sus opuestos, solidarizándose con los mismos y, en resumen, redescubriendo su propia sombra.

De modo que lo que debemos hacer es incrementar cons-

cientemente cualquier síntoma presente, hasta llegar a darnos plenamente cuenta de que somos *nosotros mismos* quienes lo generamos y siempre lo hemos generado, en cuyo momento seremos, por primera vez, espontáneamente libres de detenerlo. Al igual que cuando Max vio claramente que era él mismo quien generaba la tensión, y entonces —y sólo entonces— gozó de libertad para *pararla*. Si uno logra *incrementar* su sensación de culpabilidad, de pronto y de un modo extraordinariamente espontáneo se da cuenta de que también puede *decrecerla*. Si uno es libre de deprimirse, también lo es de no hacerlo. Mi padre tenía un remedio infalible para el hipo, que consistía en sacar un billete de veinte dólares y exigirle a cambio a la víctima que parara inmediatamente. Asimismo, la angustia tolerada deja de ser angustia y el modo más fácil de conseguir que una persona deje de estar tensa consiste en desafiarla a que se tense tanto como pueda. En todos los casos, al adherir la conciencia a un síntoma determinado, se libra uno de dicho síntoma.

Sin embargo, a uno no debe preocuparle que el síntoma desaparezca o que no lo haga; desaparecerá, pero a uno no debe preocuparle. La utilización de los opuestos con el solo propósito de eliminar un síntoma equivale a condenarse de antemano al fracaso. En otras palabras, no se trata de manipular los opuestos a medias tintas y verificar ansiosamente si el síntoma ha desaparecido. Si uno se oye a sí mismo diciendo «he intentado empeorar mi síntoma, pero todavía no ha desaparecido y ojalá lo hiciera», significa que no ha llegado siquiera a ponerse en contacto con la sombra y que se ha limitado a expresar ciertas buenas intenciones para aplacar a los dioses y a los demonios. Hay que convertirse en dichos demonios, hasta que con toda la fuerza de su atención consciente uno produzca, genere y retenga deliberadamente sus síntomas.

Por consiguiente, sobre todo al principio, cada vez que uno sienta que se desliza de nuevo hacia un intento deliberado de silenciar algún síntoma, erradicarlo o ignorarlo, debe acudir a su opuesto, retener el síntoma, incrementarlo, expresarlo, interpretarlo. Es como si uno comenzara a caerse de la

bicicleta y, contra sus mejores instintos, al inclinarse en dirección de la caída, la bicicleta milagrosamente se enderezara. Tropezamos constantemente con nuestros «síntomas» por la simple razón de que tomamos la dirección equivocada.

Así pues, si el primer error consiste en intentar eliminar el síntoma, el segundo es el de intentar no eliminarlo, a fin de eliminarlo. Insistimos, por consiguiente, en que a uno no debe preocuparle, ni siquiera debe albergar la esperanza de que el síntoma desaparezca. Esto, como hemos visto, en todo caso no es más que media verdad. Lo que debemos hacer es concentrarnos única y exclusivamente en la experimentación y vivencia del síntoma, el contacto con la sombra, el enfrentamiento de los opuestos, y entonces —sin presión alguna por nuestra parte y a su debido tiempo— el síntoma desaparecerá *espontáneamente*. Y esto se debe sencillamente a que la psique es un sistema espontáneamente autoorganizador que, al recibir por fin la información correcta sobre lo que la está pellizcando, lo para automáticamente.

El juego de los opuestos, y el hecho de responsabilizarse de la propia sombra y de los síntomas constituyen esencialmente el *primer paso*. Y conforme los opuestos pasan a ser cada vez más conscientes —amor y odio, agrado y desagrado, buenas y malas cualidades, emociones positivas y negativas— y los síntomas más experimentados —estados de ánimo y temores, temblores y estremecimientos, depresiones y angustias—, el individuo puede pasar, si es necesario, al *segundo paso* e *invertir la dirección de las proyecciones*, siguiendo las líneas generales indicadas en este capítulo, según sean estas cualidades positivas o negativas, o emociones positivas o negativas.

Por regla general, este segundo paso sólo es necesario con las emociones proyectadas, pero no con las cualidades; es decir, que hay que invertir la *dirección* de la proyección. En términos generales, esto se debe a que las emociones no son sólo cualidades, sino *cualidades con una dirección*. De modo que cuando proyectamos una emoción determinada, no sólo expulsamos de nuestro interior la *cualidad* de dicha emoción, sino que también invertimos su *dirección*. Por ejemplo, si pro-

yecto una emoción positiva como el interés, no sólo proyecto la cualidad propia de dicho interés (y, por consiguiente, me considero ausente de dicha cualidad), sino que también invierto su dirección, de modo que en lugar de observar a los demás tengo la sensación de que son los demás quienes me observan. O si proyecto mi deseo sexual hacia alguien, me desprendo de la cualidad e invierto su dirección, de forma que en lugar de excitarme sexualmente ante la persona en cuestión, tengo la sensación de que se propone violarme. O si proyecto mi ímpetu me siento apático, e impulsado y presionado por todos los demás. Lo mismo ocurre con las emociones negativas: «rechazo a los demás» se convierte en «los demás me rechazan»; «odio el mundo» se convierte en «el mundo me odia»; «tengo ganas de pelear» se convierte en «todo el mundo se mete conmigo». Al proyectar la cualidad de la emoción tenemos la sensación de carecer de ella («no siento odio alguno») y al mismo tiempo invertimos su dirección («¡pero *él me* odia a muerte!»). En resumen, cuando proyectamos una emoción invertimos también su dirección.

De modo que al entrar en contacto con mis síntomas e intentar deliberadamente identificarlos, debo recordar que cualquier síntoma determinado —si su núcleo es emotivo— es la forma visible de una sombra, que no sólo contiene la cualidad opuesta sino la dirección contraria. Así pues, si estoy profundamente afectado y ofendido «debido a» lo que cierto individuo me ha dicho y ello me produce un fuerte sufrimiento —a pesar de que, a nivel consciente, no siento más que afecto por dicho individuo—, lo primero de lo que debo darme cuenta es de que yo soy el autor de lo que está ocurriendo, de que estoy literalmente torturándome a mí mismo. Después de responsabilizarme de mis propias emociones, estoy ahora en condiciones de invertir la dirección de la proyección y ver que mi sensación de atormentado es precisamente mi propio deseo de atormentar al individuo en cuestión. «Me siento injuriado por ese individuo», a fin de cuentas se traduce correctamente por «deseo injuriar a ese individuo». Esto no significa que vaya a pegarle una paliza; el hecho de ser consciente de

mi ira basta para la integración (aunque quizá me apetezca desahogarme aporreando una almohada). El caso es que mi síntoma de sufrimiento no sólo refleja la cualidad opuesta, sino también la dirección inversa. Por consiguiente, tendré que responsabilizarme tanto de la ira (que es la cualidad opuesta de mi afecto consciente en cuanto al individuo en cuestión), como del hecho de que la propia ira va *de* mí *hacia* él (que es lo opuesto de mi dirección consciente).

Por consiguiente, en el caso de la proyección de emociones, lo *primero* de lo que debemos darnos cuenta, en cierto sentido, es de que lo que creíamos que nos estaba haciendo el medio ambiente, en realidad nos lo hacemos nosotros mismos, nos estamos literalmente atormentando a nosotros mismos; y a continuación, por así decirlo, darnos cuenta de que, a decir verdad, se trata de *nuestro propio deseo solapado de atormentar a los demás*. De acuerdo con la proyección de cada uno, sustitúyase el «deseo de atormentar a los demás» por el deseo de amar, odiar, tocar, crear tensión, poseer, observar, asesinar, abrazar, capturar, rechazar, ofrecer, tomar, jugar, dominar, engañar o ensalzar. Rellene cada uno el espacio en blanco o, mejor dicho, deje que su sombra lo rellene.

Ahora bien, este *segundo* paso correspondiente a la inversión es absolutamente esencial. Si la emoción no se descarga plenamente en la dirección correcta, uno no tarda en caer de nuevo en la costumbre de dirigirla contra sí mismo. De modo que cuando uno establece contacto con una emoción, como la ira, siempre que empiece a dirigirla de nuevo contra sí mismo debe activar la dirección opuesta. ¡Inviértala! Ahora depende de usted: pellizcar o ser pellizcado, observar o ser observado, rechazar o ser rechazado.

Recuperar nuestras proyecciones es algo más sencillo —aunque no necesariamente más fácil— cuando se trata de cualidades, rasgos o ideas proyectadas, debido a que carecen en sí de dirección, o por lo menos no es tan pronunciada y activa como la de las emociones. Por el contrario, las cualidades tanto positivas como negativas, como la sabiduría, el valor, el rencor, la malicia, la tacañería, etcétera, parecen ser relativa-

mente más estáticas. Por consiguiente, sólo tenemos que preocuparnos de la cualidad propiamente dicha, sin pensar excesivamente en su dirección. Claro que cuando estas cualidades han sido proyectadas, puede que reaccionemos ante ellas de un modo emotivamente violento, a continuación de lo cual tal vez proyectemos dichas reacciones emocionales, reaccionemos ante las mismas y así sucesivamente en un vertiginoso torbellino de acumulación de sombras. Además, es perfectamente posible que las cualidades o ideas no se proyecten, a no ser que estén emocionalmente cargadas. Sea como fuere, es posible conseguir una reintegración considerable, simplemente considerando por sí mismas las cualidades proyectadas.

Como de costumbre, al igual que en el caso de las emociones proyectadas, los rasgos proyectados serán aquellos que «vemos» en los demás, que no sólo nos informan sino que nos afectan poderosamente. Lo normal es que se trate de las cualidades que imaginamos que otro posee y que nosotros aborrecemos profundamente; suelen ser esas cualidades que tenemos tanto empeño en señalar y condenar violentamente. Poco importa que no hagamos más que lanzar nuestros vituperios contra el área negra de nuestro propio corazón, con la esperanza de desendemoniarlo. Ocasionalmente, las cualidades proyectadas serán algunas de nuestras propias virtudes, por lo que nos apegamos a aquellos a quienes atribuimos nuestras bondades, a menudo protegiendo y monopolizando febrilmente a la persona elegida. La fiebre procede, evidentemente, del poderoso deseo de conservar ciertos aspectos de nosotros mismos.

A fin de cuentas, hay proyecciones para todos los gustos. En todo caso, estas cualidades proyectadas —al igual que las emociones— serán siempre las opuestas a aquellas que conscientemente imaginamos poseer. Sin embargo, al contrario de las emociones, estos rasgos carecen en sí mismos de dirección y, por consiguiente, su integración es sencilla. Al dar el primer paso en relación con los opuestos, uno descubrirá que lo que ama o aborrece en los demás no son más que cualida-

des de su propia sombra. No se trata de una relación entre yo y otros, sino entre yo y yo. Al establecer contacto con nuestros opuestos, lo hacemos con la sombra y, al comprender de ese modo que nos estamos pellizcando a nosotros mismos, dejamos de hacerlo. Dado que los rasgos proyectados carecen en sí de dirección, para su integración no es necesario dar el segundo paso de la inversión.

De ese modo, gracias a la entrada en escena de nuestros opuestos, otorgándole a la sombra el tiempo que le corresponde, acabamos por ampliar nuestra identidad —y, por consiguiente, nuestra responsabilidad— a todos los aspectos de la psique y no sólo a nuestra empobrecida persona. Así, la brecha entre la persona, la sombra se «remienda y unifica», gracias a lo cual evoluciona espontáneamente una autoimagen fidedigna y, por consiguiente, aceptablemente unitaria, es decir, una fiel representación mental del conjunto de mi organismo psicosomático. Así se integra mi psique; así desciendo del nivel de la sombra al del ego.[18]

La mayoría de las «psicoterapias» desarrolladas en Occidente van primordialmente encaminadas a descender al nivel egoico y trabajar en el mismo; de un modo u otro, se ocupan del dualismo/represión/proyección cuaternario, del denominado conflicto intrapsíquico: integrando la sombra, independientemente de cómo haya sido concebida. A nuestro estilo esquemático, sugerimos que a pesar de sus numerosas diferencias de forma, estilo y contenido, y a pesar de sus diferencias en eficacia aparente, se ocupan todas esencialmente del cuarto dualismo principal, con el propósito de «convertir en consciente lo inconsciente», «reforzar el ego», desarrollar una autoimagen fidedigna, etcétera. Ciertos aspectos de la terapia Gestalt, la psicología psicoanalítica del ego, la terapia de la realidad, la terapia racional, el análisis transaccional, el psicodrama, la plétora de psicologías egoicas —por nombrar sólo unas cuantas— proponen la confrontación de la sombra, para acabar recuperando su posesión y ver de ese modo aquello de lo que antes no éramos capaces: a un amigo en el viejo enemigo.

# 8. EL GRAN FILTRO

Tan pronto como Freud empezó a rodearse de un círculo de discípulos y colegas investigadores, comenzaron entre ellos las dificultades ideológicas, que aumentaron hasta acabar con la simple deserción de muchos de sus seguidores, empezando por Adler y acabando por Jung. Muchas fueron las razones de estos motines, pero una preocupación fundamental —todavía perfectamente vigente hoy en día— hacía referencia al énfasis que merecía el concienciamiento social en la formación de la personalidad del individuo, en contraste con las fuerzas puramente biológicas de Freud. Empezando por Alfred Adler y Otto Rank, y siguiendo con H. S. Sullivan, Karen Horney y Eric Fromm, los terapeutas prestaron cada vez mayor atención a los aspectos sociológicos que parecían intervenir en la formación de la personalidad humana. Adler, por ejemplo, consideraba que sus metas sociales contribuían a una mejor comprensión del individuo que su pasado infantil (freudiano), mientras Rank ponía de relieve las relaciones sociales en la etiología de la angustia emocional. Sullivan fue incluso más lejos con su «terapia interpersonal», alegando que el proceso de conversión en humano es el mismo que el de conversión en ser socializado, y Fromm ha detallado las extensas interrelaciones entre la estructura psíquica y la social. Además, ha habido una reciente expansión del interés por los campos de la fenomenología social, la terapia familiar, el análisis interpersonal y transaccional, así como en otras áreas afines, todo lo cual indica ineludiblemente la existencia de un interés creciente por lo que hemos denominado gama biosocial del espectro de la conciencia.

Ahora nos proponemos explorar brevemente algunos de los descubrimientos de los mencionados investigadores en

esta gama del espectro. Puesto que lo que nos ocupa son las «terapias», prestaremos especial atención a «lo que puede fallar» en la gama biosocial, sin que con ello pretendamos formular una acusación rousseauniana contra dicha gama; la existencia de prácticamente toda civilización, cultura, sociedad, e individuo, depende íntima y directamente de la misma, hecho que no precisa de ningún comentario adicional. No es la existencia de la gama biosocial lo que debemos explorar, sino más bien su uso indebido.

La gama biosocial está situada, por así decirlo, inmediatamente encima del nivel existencial, o podríamos incluso decir que representa los límites superiores de dicho nivel. Por consiguiente, los dualismos más destacados en esta gama son los de la vida contra la muerte (o pasado contra futuro) y el del yo contra otro (u organismo contra medio ambiente). El hombre se siente, por tanto, fundamentalmente, como un organismo independiente, con existencia en el espacio y duración en el tiempo. Por consiguiente, a los investigadores de la gama biosocial les interesan aquellos factores —algunos biológicos, aunque la mayoría son sociológicos— que moldean este concienciamiento existencial básico, así como los factores que influyen en la interacción o transacción entre el yo y otro, entre dos o más personas, o entre una persona y su medio ambiente. En el nivel egoico nos concierne el «yo»; en la gama biosocial nos concierne el «yo» y «tú».

Ésta es evidentemente un área que en modo alguno podemos olvidar, ya que el modo en que el individuo experimenta la realidad y, por consiguiente, a *sí mismo* está sometido a la influencia importantísima de factores sociológicos, como la estructura del lenguaje, los sistemas de valoración social, las normas implícitas e inconscientes de la comunicación y muchos otros; sometido, en breve, a la influencia de los *mapas* que la sociedad le ofrece para traducir y transformar en realidad. Lo que un individuo determinado haga con dichos mapas es un fenómeno del nivel egoico, pero la cuestión general de los propios mapas corresponde claramente a la gama biosocial.

Existe un inmenso número de mapas simbólicos que componen la gama biosocial, ya que es ahí donde radican arraigadas convenciones sociales como la estructura y la sintaxis lingüística de una cultura determinada, su lógica, sus leyes, su ética popular, su visión religiosa, su estructura familiar, sus poderosos tabúes, sus metas, reglas de comunicación, juegos, supuestos generales sobre la realidad, ideas sobre el significado, el valor, la valoración personal y el prestigio..., resumiendo, todas aquellas relaciones simbólicas que distinguen a una sociedad determinada y que todo individuo interioriza en mayor o menor grado por el hecho de pertenecer a dicha sociedad. Por tanto, la gama biosocial representa la primera acumulación realmente masiva de símbolos en el conciencia-miento del individuo.

Por distintos que sean, todos estos mapas simbólicos profundamente arraigados cumplen, en esencia, el mismo cometido, es decir, el de moldear con antelación el concienciamiento del individuo con formas convencionales aceptables y significativas en su sociedad. Por caminos que sólo empezamos a descubrir, dichas concepciones moldean sus percepciones. Aprende, en efecto, a amoldarse y traducir la realidad en los términos sociales que comparte con los demás. Evidentemente, todo individuo debe aprender a transformar su experiencia convirtiéndola en unidades socialmente significativas, si su propósito es el de comunicarse con sus semejantes. Esto es, en realidad, lo que significa «formar parte» de una sociedad (o cultura, subcultura, grupo, o familia), ya que el individuo se convierte en miembro de su sociedad después de interiorizar satisfactoriamente los mapas, o conjuntos de relaciones simbólicas, que constituyen esa sociedad. En pocas palabras, una persona forma parte de la sociedad cuando la sociedad «forma parte» de dicha persona.

Por consiguiente, en esta gama del espectro nos interesamos primordialmente por lo que podríamos denominar la socialización del concienciamiento existencial o centáurico; es decir, el hecho de operar en la experiencia y en la realidad mediante mapas simbólicos, con el propósito de transformar-

los en formas socialmente reconocidas. En resumen, esto significa aprender a ver el mundo y reaccionar ante el mismo, como creemos que los demás esperan que lo hagamos.

Esta convencionalización de la realidad significa, entre otras muchas cosas, aprender a realizar una correspondencia de uno por uno socialmente verificable entre el símbolo y lo simbolizado, entre el mundo y nuestra descripción del mismo. En el más simple de los niveles, por ejemplo, debemos aprender a asociar «objetos» específicos con las palabras convencionalmente correctas que la sociedad utiliza para representar dichos objetos. Así, por ejemplo, cuando pido «un vaso de agua», mi interlocutor entiende que se trata de un recipiente lleno de ese líquido transparente, insípido e inodoro, que todos hemos convenido implícitamente en representar con el vocablo «agua». A través de éste y otros juegos lingüísticos semejantes, pronto aprendemos una cantidad sorprendentemente grande de asociaciones que nos permiten percibir y actuar en el mundo, de un modo mutuamente comprensible y compartido. Es evidente que nuestra relación sería muy difícil si uno pidiera un vaso de agua y el otro le entregara medio kilo de azúcar.

Ahora bien, a través de este proceso de asociación aprendemos a coger un vocablo o una serie de vocablos básicamente *carentes de significado*, como en el caso del vocablo «agua», y *otorgarles* socialmente *un significado*. Ya que el vocablo «agua» en sí carece intrínsecamente de significado, no señala a nada más que a sí mismo y aisladamente no tiene ningún sentido específico. Es evidente que no se trata más que de un sonido, un vocablo, que considerado aisladamente no tiene más significado que «crunf», «bliaschán», o «reanaconi». Si alguien tiene alguna duda sobre este punto, no tiene más que repetir la palabra «agua» muy de prisa durante treinta segundos, con lo que la habrá despojado de todas sus asociaciones y, por tanto, reducido a un sonido intrínsecamente carente de significado. Sin embargo, *otorgamos* un «significado» al sonido neutro del vocablo «agua» al *convenir* que represente el agua «verdadera».

Sin embargo, en lo que a nosotros concierne, el agua «verdadera» es a su vez una vibración o grupo de vibraciones carentes de significado, a las que otorgamos alternativamente calificativos como «húmeda», «transparente» o «fresca», o algo por el estilo, pero que a su vez *en sí* carecen de significado, ya que no indican ni significan nada, a excepción posiblemente de sí mismos. De modo que el agua «verdadera» resulta tan carente de significado como el vocablo «agua». Por consiguiente, al asignarle un significado al vocablo «agua», en realidad convenimos implícitamente en utilizar una vibración carente de significado para señalar otra vibración carente también de significado. Por tanto, a este nivel elemental, el mismo acto de *señalar* establece un significado. En otras palabras, transformamos una vibración carente de significado en signo significativo, estableciendo una correspondencia uno por uno socialmente verificable entre una vibración experimentada y otra. O, dicho todavía de otro modo, una vibración adquiere significado cuando convenimos convencionalmente en que *señale más allá de sí misma* a otra vibración.

La vibración que *señala* se conoce generalmente como *símbolo* y la señalada como *significado*. De modo que si alguien nos preguntara por el significado del símbolo «árbol», saldríamos a la calle, nos limitaríamos a señalar un ejemplar y explicaríamos que aquél es el objeto que hemos convenido en denominar «árbol». Y a través de este proceso de asociación, llevado a niveles de infinita complejidad, nuestra experiencia y nuestra realidad acaban por socializarse y simbolizarse.

Veamos ahora más detalladamente lo que dicho proceso de simbolización supone. Como hemos señalado, una vibración determinada, como la del vocablo «agua», *sólo* adquiere significado cuando convenimos que señale a otra vibración experimentada, es decir, al «verdadero objeto», como la propia agua. Sin embargo, que nosotros sepamos, ambas vibraciones son *experiencias igualmente completas*, de modo que lo que realmente ocurre en el establecimiento de significado es que la coherencia de la experiencia se divide en dos fragmentos, uno de los cuales señala al otro. De este modo, la pleni-

tud de la experiencia queda necesariamente dividida, partida y desarticulada. Después de todo, para que algo adquiera significado, es decir, para que *señale más allá de sí mismo*, el universo debe estar dividido necesariamente por lo menos en dos fragmentos, de modo que uno señale al otro: señalador contra señalado. ¿Y no es éste otro ejemplo del modo en que el universo parece diferenciarse de sí mismo, convirtiéndose así en falso consigo mismo? Querer que mi vida tenga significado equivale a querer que mi experiencia y mi realidad estén profundamente fragmentadas.

Sin duda, podemos ver ahora que el mundo real carece de significado, que no señala nada porque nada existe ajeno a él a lo que pueda señalar. El mundo real es anodino. Como dijo Wittgenstein, «en el mundo real todo es como es y ocurre como ocurre. En él no hay valoración, y si la hubiera, carecería de valor». Naturalmente, esto parece bastante asombroso, puesto que estamos acostumbrados a relacionar la ausencia de significado con lo irreal, lo mórbido, lo absurdo, o algo por el estilo, pero esto sólo refleja el pánico temporal que sentimos al dejar de interpretar y evaluar la experiencia del modo que nos han enseñado. Sin embargo, afirmar que el mundo carece de significado, propósito o valor no equivale a decir que sea torpe, caótico, absurdo, etcétera, ya que esto no son más que valores adicionales, otros significados, sólo que de signo negativo. Por el contrario, lo que significa es que el mundo real no señala nada, ni puede ser señalado, y, por consiguiente, está mucho más allá de todo significado y evaluación, tanto positiva como negativa.

El mundo real carece por tanto de propósito, de valor. Es un fin en sí mismo, sin meta ni objetivo, futuro ni consecuencia, significado ni valor; una danza sin otro destino que el presente. Ésta es precisamente la introspección que expresan los budistas con el término *tathata*, el mundo como es en su «taleza» o «asieza», que Eckhart denominó «esencia», los taoístas califican de «*tzu jan*», los hindúes de *sahaja* y Korzybski, con mayor acierto, denomina «inefable», ya que el mundo real, el mundo del Tao, debido al vacío de sus conceptos, símbolos y

mapas, está necesariamente vacío de significado, valor y consecuencia. Por ello, *tathata* no es más que otra forma de denominar lo absoluto, Sunyata, la Mente. Pero recordemos que decir que la realidad está vacía de conceptos no significa que en la realidad todos los conceptos simplemente desaparezcan, sino sólo que nuestros conceptos e ideas no reflejan la realidad como con tanta ingenuidad suponemos y, por consiguiente, no son portadores del significado que les atribuimos. Con cierta torpeza, podríamos afirmar que el mundo real es un territorio puro, no dual, en el que todos los sucesos, por el hecho de ser mutuamente interdependientes e inseparables, son incapaces de señalar y carecen por tanto de significado, o —desde otro punto de vista— que carecen de significado porque señalan en todas direcciones. Existen como son en su «taleza», en su «propia esencia». Sin referencia alguna. Decimos que el significado de la palabra «árbol» es el verdadero árbol, pero ¿cuál es, a su vez, el «significado» del verdadero árbol? ¿A qué señala? Cuando a un maestro del Zen le pidieron que resumiera toda la esencia del budismo se limitó a responder: «¡Ah, eso!».

Asimismo, nuestras ideas y conceptos son también aspectos de ese territorio no dual, ya que en su esencia tampoco significan intrínsecamente nada. Aparecen en la mente al igual que las nubes en el firmamento. Así pues, ¿no es curioso que obliguemos a ciertos aspectos de la naturaleza, los que denominamos «ideas», a representar otros aspectos, como «cosas y sucesos»? En realidad, es como si eligiéramos la flor para representar la montaña, o dijéramos que el significado del pez es el conejo. A decir verdad, se puede formular un argumento excelente, aunque no conclusivo, en el sentido de que la elaboración de significado y valor constituye la fuente única de todos los problemas fundamentales, tanto lógicos como psicológicos. Como dijo Shakespeare, nada es bueno ni malo, pero el pensamiento lo convierte en uno u otro. Y en palabras de Seng-tsan, «la preocupación entre el bien y el mal es la enfermedad de la mente». No existe ningún problema vital, porque fundamentalmente no hay nada *malo*.

En todo caso, sólo podemos establecer significado en la esencia pura del territorio al fragmentarlo, ya que otorgar significado es señalar y señalar equivale a dividir, partir, que es precisamente lo que hace la simbolización. Es perfectamente evidente que un mapa se hace dibujando unas fronteras.

La naturaleza y la función esencial de estos mapas sociales consiste en otorgar significado, señalizaciones y valores, al dividir la existencia. Un mapa, después de todo, es algo que *señala* a otra cosa y que sólo tiene significado en virtud de su poder de indicación y señalización. Sin embargo, comprendamos inmediatamente que dicha dicotomía no sólo existe entre el significador y lo significado, sino también entre agente y acción, causa y efecto, antes y después, bueno y malo, verdadero y falso, dentro y fuera, opuestos, contrarios y contrastes en general, todos ellos vinculados inseparablemente a nuestro idioma, nuestra lógica, nuestros tabúes y demás mapas sociales.

Esto indica, por consiguiente, que el significado, los símbolos y los mapas en general forman parte de la ilusión de que el mundo está fragmentado. De ese modo, con la interiorización de dichos mapas sociales, acabamos por convencernos de que el mundo real consiste efectivamente en una colección de fragmentos desarticulados, algunos de los cuales tienen significado gracias a que señalan a otros. Pero el mundo sólo parece fraccionado porque éstos son los términos en los que actualmente lo percibimos. Lo desmenuzamos para observarlo y nos apresuramos a concluir que así es como siempre ha existido. En un sentido muy real, nuestras concepciones sociales se han convertido en percepciones individuales.

Al llegar a este punto del juego social, hemos sobrepasado enteramente la utilidad del mapa, confundiéndolo casi por completo con el propio territorio. Nuestros mapas son ficción, dotada de tanta o tan poca realidad como cuando dividimos la tierra en líneas de longitud y latitud o fragmentamos el día en horas y minutos. Sin embargo, la ficción social no muere con facilidad. Por útil que sea, la confusión es abrumadora cuando se confunde con la propia realidad. En 1752 el gobier-

no británico reorganizó el calendario oficial cambiando el dos por el catorce de septiembre, como consecuencia de lo cual acudió infinidad de gente al palacio de Westminster, absolutamente horrorizada de que hubieran perdido once días de su vida. Asimismo, todos los años, cuando cambia la hora en ciertas localidades de Norteamérica, un increíble número de «ancianas» acude a sus respectivos ayuntamientos para expresar su consternación por la hora de luz que pierden sus begonias.

Puede que sea fácil distinguir dicha ficción, pero resulta mucho más difícil asimilar otras, como la separación de la vida y la muerte y la existencia «exterior» de un mundo objetivo. Esto se debe a que hemos estado sometidos a un concienzudo lavado de cerebro por parte de unos padres y educadores igualmente obcecados, que con sus mejores intenciones confunden la descripción del mundo con lo que el mundo es en su esencia, en su vacío. ¿No es ésta la esencia de todas las enseñanzas del brujo don Juan? Como dice Castaneda:

> Para un brujo, la realidad, o el mundo tal como lo conocemos, no es más que una descripción.
>
> Con el propósito de consolidar dicha premisa, don Juan concentró todos sus esfuerzos en conducirme a la verdadera convicción de que la idea del mundo que albergaba en mi mente no era más que una descripción del mismo; una descripción que me habían inculcado desde mi nacimiento.
>
> Señaló que todo aquel que entra en contacto con un niño es un maestro que le describe incesantemente el mundo, hasta el momento en que el niño es capaz de percibirlo como se le ha descrito. Según don Juan, no recordamos ese momento portentoso por la simple razón de que nadie podía en modo alguno tener ningún punto de referencia con el que compararlo...
>
> Por consiguiente, para don Juan la realidad de nuestra vida cotidiana consiste en un flujo interminable de interpretaciones perceptivas que los que somos *miembros* de una sociedad determinada hemos aprendido a formular en común.[1]

Una vez hemos aceptado la descripción social del mundo como realidad propiamente dicha, nos resulta enormemente

difícil percibir cualquier otro aspecto de la realidad. Nuestra mirada queda adherida a los mapas, sin que en realidad nos demos cuenta de lo ocurrido. De ese modo, como ya hemos indicado, todos esos mapas sociales sirven básicamente para moldear el concienciamiento individual en unidades convencionales significativas en dicha sociedad y, para colmo de las desgracias, todo aspecto de la experiencia y de la realidad que no se ajuste a dicho molde social queda simplemente excluido de la conciencia. Esto equivale a decir que queda reprimido, convertido en inconsciente, pero no sólo en el caso de ciertos individuos, sino en el de *todos* los miembros de una sociedad determinada, en virtud de su adherencia común a las imágenes del mundo de la sociedad a la que pertenecen: su lenguaje, su lógica, su ética y sus leyes.

Y así es como, a pesar de sus muchas otras funciones, la gama biosocial actúa, en palabras de Fromm, como importante *filtro* de la realidad, que reprime primordialmente el concienciamiento existencial o centáurico. Como explica el antropólogo Edward Hall, «la filtración selectiva de datos sensoriales admite algunas cosas al tiempo que desecha otras, de modo que la experiencia percibida a través de una de sus pantallas sensoriales culturalmente pautadas es bastante diferente de la percibida a través de otra».[2] Sin embargo, todavía más revelador es el comentario del psicoanalista Laing de que «si nuestros deseos, sentimientos, apetencias, esperanzas, temores, percepción, imaginación, memoria, sueños... no corresponden a la ley, son declarados ilícitos y excomulgados».[3]

Por ilícitas y excomulgadas que resulten, esas experiencias no se limitan a desaparecer. Lo que hacen es ocultarse para formar, por así decirlo, el contenido del inconsciente biosocial. Por ello no es sorprendente que Lévi-Strauss haya definido «el» inconsciente como la sede de la función simbólica y Jacques Lacan haya dicho que está «estructurado como un lenguaje». Consideremos, entre otras cosas, que sólo en una lengua puede decirse «no», y «no», como comprendió Freud, es una forma de represión. En todo caso, nuestros mapas so-

ciales, palabras y símbolos son casi universalmente dualistas y dualismo significa, ineludiblemente, inconsciente.

En un sentido sumamente amplio, podemos afirmar, por tanto, que el inconsciente biosocial representa la enorme brecha que separa el territorio del concienciamiento existencial, por una parte, de los mapas y significados que con tanta ingenuidad creemos que lo «representan», por otra. Veamos lo que Fromm dice respecto al «contenido» del inconsciente, pero sin olvidar ni un instante que sus palabras son *únicamente* representativas de la gama biosocial, ya que, como hemos visto, existen otros niveles del inconsciente:

> El individuo no puede permitirse ser consciente de pensamientos o sentimientos incompatibles con las pautas de su cultura, y, por consiguiente, se ve obligado a reprimirlos. Por tanto, desde un punto de vista *formal*, lo que es inconsciente y lo que es consciente depende (dejando aparte los elementos individuales, de condicionamiento familiar y la influencia de la conciencia humanista) de la estructura de la sociedad y de las pautas de sentimientos y pensamientos que produce. En cuanto al *contenido del inconsciente (biosocial)*, es imposible generalizar. Sin embargo, cabe una afirmación: siempre representa al hombre en su totalidad, con su potencial para la oscuridad y para la luz; siempre contiene las bases de las distintas respuestas de las que el hombre es capaz, ante la pregunta que plantea la existencia... El inconsciente (biosocial) es el hombre en su totalidad, menos esa parte del individuo que corresponde a su sociedad.[4]

Recordemos que con la emergencia del nivel existencial, es decir, la aparición de los dualismos primario y secundario, la identidad fundamental del individuo se traslada del cosmos a su organismo, de modo que se siente básicamente como un ente independiente que se extiende por el espacio y perdura en el tiempo. Sin embargo, sigue todavía más o menos en contacto con el conjunto del organismo, el centauro, aunque padezca la ilusión de que el centauro se ha desvinculado de su medio ambiente. Pero con la emergencia de la gama biosocial, el centauro queda lentamente sepultado bajo un aluvión de ficciones sociales.

Limitémonos a considerar, como único ejemplo, el inicial descubrimiento de Jacques Lacan de que el aprendizaje del lenguaje por parte del niño le condena a una incapacidad perpetua de expresar —y en la mayoría de los casos satisfacer— las «necesidades biológicas» de la totalidad de su organismo. En palabras del más célebre intérprete norteamericano de Lacan, Anthony Wilden:

> La exigencia *re*presenta necesidades de origen biológico, pero que el niño es incapaz de satisfacer por sí solo. Puesto que el niño debe reaccionar ante las necesidades del otro, aprende a hablar..., acabando por traducir sus necesidades a palabras. Las palabras transforman una relación biológica, convirtiéndola en humana, pero lo inadecuado del lenguaje tanto para representar al yo que habla como para definir relaciones conduce a la paradoja de un deseo inconsciente conocido (analógicamente), pero que no puede ser expresado (en forma digital).
>
> La primera petición del niño al otro se realiza llorando. Un otro determinado satisface su necesidad, por ejemplo, de comer, pero no puede satisfacer la exigencia. ¿Cuál es, pues, el mensaje que traduce el llanto? A pesar de que todos lo sabemos, *es imposible enunciarlo*. Pero siempre es posible decir algo y ese algo es una metáfora del deseo inexpresable creado por la incapacidad del lenguaje para expresar todo lo que hay que decir... El habla o discurso fluye, por consiguiente, en cadenas metonímicas sucesivas de palabras conectadas, en un intento imposible de rellenar el hueco creado por el propio lenguaje.[5]

Además, es imprescindible que reconozcamos inmediatamente que la mencionada socialización del concienciamiento no sólo enajena parte del centauro, sino muchos aspectos de la realidad que, por así decirlo, han logrado sobrevivir hasta ahora a los dualismos primario y secundario. El lenguaje, por ejemplo, filtra tanto el «mundo exterior» como el centauro. Así pues, una consecuencia evidente de dicho filtrado consiste en reforzar tremendamente los dualismos primario y secundario. Después de la emergencia de estos dos dualismos principales, el mundo parece «externo», o «ajeno»; el organismo tiene fundamentalmente la sensación de estar solo en

el tiempo y el espacio. Técnicamente, decimos que el concienciamiento organísmico no dual, que no reconoce el espacio ni el tiempo, se transforma mediante los dualismos primario y secundario en concienciamiento existencial o centáurico, que según la definición clásica de Tillich es el concienciamiento del hombre de su «condición en el espacio y en el tiempo». Lo importante, sin embargo, es que bajo el filtro de la gama biosocial, incluso este concienciamiento existencial o centáurico va quedando lentamente sofocado. Lo único que esto significa es que los factores sociales moldean profundamente el sentido de existencia básica del individuo. Y al socializarse y simbolizarse el concienciamiento existencial, se refuerzan necesariamente los dualismos primario y secundario, ya que todos los mapas sociales coinciden básicamente con el dualismo primario de dentro contra fuera y con el dualismo secundario de antes contra después. Resumiendo, los dualismos primario y secundario se consolidan conforme las imposturas sociales sepultan al centauro. Por fin, bajo el peso de dichas ficciones sociales y huyendo todavía de la muerte, el centauro se desprende de su alma —denominada «ego»— y el hombre se despide del pobre asno de su hermano. En ese momento, el centauro no sólo está ofuscado, sino totalmente sepultado y el hombre, evidentemente, imagina a la bestia angélica dividida; el dualismo terciario crea una laguna aparentemente insalvable entre cuerpo y alma.

Lo importante de lo dicho hasta ahora es que a partir de esa esencia o vacío fabricamos significados y elaboramos complejos juegos, dividiendo de común acuerdo las fichas de la naturaleza y otorgándoles un precio, para pasar a continuación a confundir colectivamente dicho contrato social con el mundo real. Las experiencias que no encajan en el juego ni se ajustan a sus leyes se declaran simplemente ilícitas. Esta medición de la naturaleza y elección de bando comienzan, por supuesto, en el nivel existencial con los dualismos primario y secundario, pero el proceso se consolida, amplía e incluso se multiplica, convirtiéndose finalmente en el inconsciente biosocial.

Excede las posibilidades de este capítulo detallar las complejidades del inconsciente biosocial. Por una parte, son simplemente demasiado numerosas e intrincadas. Nos limitamos, por consiguiente, a enfocar dicho fenómeno desde un ángulo muy básico: la gama biosocial, como matriz de distinciones o mapas sociales, filtra y depura necesariamente ciertos aspectos del concienciamiento, por la razón evidente de que el organismo en su conjunto es mucho más rico en experiencia que cualquier abstracción o definición social del mismo, y los aspectos del concienciamiento no incluidos en dichos mapas sociales constituyen el «contenido» del inconsciente biosocial. En otras palabras, no es un mapa determinado la causa del problema, sino la misma naturaleza de dichos mapas sociales. Mapa significa dualismo y dualismo significa inconsciente.

Sin embargo, veamos inmediatamente otra consecuencia de la naturaleza intrínsecamente dualista de nuestros mapas sociales. Dichos mapas, debido precisamente a que son dualistas, moldean siempre nuestro concienciamiento, pero lo hacen frecuentemente en direcciones *contradictorias*, de modo que a la hora de actuar producen necesariamente resultados contradictorios. En términos muy simples, al elaborar un significado dualista a partir de una esencia no dual, el tiro no puede más que salir por la culata. Un mapa dualista de un territorio no dual tiene que estar necesariamente minado. Esto supone, como veremos ahora brevemente, que el dualismo no sólo equivale a lo consciente, sino también a doble vínculo. En consecuencia, acabamos en manos de mapas y significados sociales paradójicos o autocontradictorios, que señalan *implícitamente* en direcciones *opuestas*. Su efecto, sin ánimo de exagerar, es dramático. La situación es divertida, aunque lamentablemente nosotros somos el objeto del chiste.

Para seguir este efecto, recordemos que la gama biosocial es fundamentalmente una amplia red o matriz de distinciones convencionales; que nuestros símbolos, nuestros mapas, nuestras ideas básicas y nuestros significados sociales comparten una característica común: *gobiernan la forma en que dividi-*

*mos y delineamos la realidad*. No es difícil discernir la relación existente entre dicha matriz de distinciones y la conducta del individuo, *ya que una división o distinción en la práctica es una regla*,[6] y una regla a su vez gobierna la acción subsiguiente. Por ejemplo, si imaginamos la «mente» independiente o completamente distinta del «cuerpo», de dicha distinción se deducirá la regla de que podemos hacer caso omiso del cuerpo al estudiar la mente y lo que hagamos guiados por esta regla consistirá en el estudio aislado de la mente. Por consiguiente, esta distinción (mente contra cuerpo) conduce en su puesta en práctica a una regla (hacer caso omiso del cuerpo), que a su vez conduce a otra acción (el estudio aislado de la mente). En términos muy simples, una distinción en la práctica es una regla que gobierna la acción subsiguiente. Por lo tanto, la gama biosocial es el molde más básico, profundo y penetrante, no sólo del concienciamiento del individuo sino de su conducta, porque *cuando una persona divide la realidad, actúa en consecuencia*.

Así, la gama biosocial determina cómo operamos en nuestra experiencia a fin de socializarla, convencionalizarla, vestirla de unidades de significado, simbolizarla, evaluarla, filtrarla, delinearla, dividirla, puntuarla y, además, mediante las reglas implícitas en estas distinciones, gobierna la dirección de nuestra acción subsiguiente. En resumen, la gama biosocial es una matriz de distinciones con reglas incorporadas, que a su vez gobiernan nuestra conducta.

Vayamos ahora un paso más allá. Una actividad gobernada por un conjunto específico de reglas es un *juego*. Esto no significa que todas nuestras actividades sean simplemente frívolas y triviales; utilizamos más bien el término en su sentido más amplio: nuestras actividades sociales son juegos en el sentido de que dependen de reglas, que a su vez se basan siempre en ciertas distinciones. Establezcamos una distinción entre Dios salvador y el hombre pecador, y esto nos conducirá a la regla de que el hombre sólo puede salvarse poniéndose en contacto con Dios: he ahí el juego de la religión. Creemos una distinción entre el éxito valioso y el fracaso humillante, y esto

nos conducirá a la regla de que para ser valioso es preciso evitar el fracaso: he ahí el juego de la competición. En una palabra, *las distinciones conducen a reglas que a su vez forman juegos*.

La conclusión será perfectamente evidente, si nos formulamos ahora una simple pregunta: ¿qué ocurrirá si establecemos distinciones inapropiadas? Está claro que una distinción inapropiada podrá conducir a reglas contradictorias y paradójicas, que a su vez conducirán a juegos autodestructivos y autofrustrantes. Y una sociedad basada en tales juegos autodestructivos será un caldo de cultivo ideal para las neurosis y las psicosis. Es decir, que las propias distinciones, reglas y juegos de una sociedad determinada pueden ser contradicciones y paradojas ocultas, de modo que el hecho de intentar operar en las mismas nos impone a todos un doble vínculo, ya que las reglas de este tipo de juego garantizan siempre la derrota. He aquí algunos ejemplos:

> La sociedad, como existe en la actualidad, les hace esta jugarreta a todos los niños desde la primera infancia. En primer lugar, se le enseña al niño...., que goza de absoluta libertad, que es una fuente independiente de pensamientos y acciones, una especie de primera causa en miniatura. El niño acepta esta fantasía precisamente porque es falsa. No puede negarse a ser miembro de la comunidad en la que ha nacido. No tiene forma de evitar que se le inculque dicha doctrina social, constantemente reforzada con premios y castigos. Forma parte intrínseca de la estructura básica del lenguaje que está aprendiendo. Se le insiste constantemente con comentarios como «no es propio de ti hacer algo como esto». O, «¡no actúes como los simios, sé tú mismo!». O cuando imita los modismos de otro chico a quien admira, «¡Johnny, esto no es propio de ti, te comportas como Peter!». La víctima inocente de estas instrucciones es incapaz de comprender la paradoja. Se le dice que *debe* ser libre. Se le somete a una presión irresistible para convencerle de que no se le presiona. La comunidad de la que él es necesariamente un miembro dependiente le define como miembro independiente.
>
> En segundo lugar y en calidad de individuo que goza de libertad, se le ordena que haga cosas que sólo serán aceptables si las hace voluntariamente. «Realmente *debes* querernos», le dicen sus padres,

> tíos, tías, hermanos y hermanas. «Todos los niños que son buenos quieren a sus familias y hacen lo que deben sin que se lo manden.» En otras palabras, «exigimos que nos quieras porque tú lo deseas y no porque te mandemos que lo hagas»... Por consiguiente, la sociedad, tal como la conocemos, juega con reglas autocontradictorias..., como consecuencia de lo cual los niños que crecen en dicho ambiente están casi permanentemente confundidos.[7]

«Juego de reglas autocontradictorias» es otra forma de denominar el doble vínculo que, como hemos visto, es una situación prototípica para generar confusión mental. Pero los dobles vínculos por los que nos interesamos ahora no son exactamente los que una persona le impone a otra, sino aquellos que forman parte intrínseca de los propios cimientos de algunas de nuestras instituciones sociales y, por consiguiente, a los que todos nosotros nos vemos sometidos. Si esto es cierto, la lamentable conclusión es que, por lo menos en este sentido, la sociedad tal como la conocemos está loca. «Así pues —afirma Watts—, es difícil no llegar a la conclusión de que aceptamos una definición insensata de la cordura.»[8] Nietzsche lo resumió diciendo que «la enajenación mental en los individuos es excepcional, pero a nivel de grupos, partidos, naciones y épocas es la regla general».[9] Incluso H. S. Sullivan solía decirles a sus estudiantes de psiquiatría: «Quiero que recuerden que en el estado actual de nuestra sociedad, el paciente está en lo cierto y ustedes se equivocan».[10] Y el psicoanalista Laing lo ha expresado con suma violencia, aunque también de forma muy elocuente:

> Mucho antes de que pueda tener lugar una guerra termonuclear, hemos tenido que reducir a escombros nuestra propia cordura. Empezamos con los niños. Es fundamental atraparlos antes de que sea demasiado tarde. Sin un concienzudo y veloz lavado de cerebro, su perspicaz mente descubriría nuestro sucio juego. Los niños no son todavía idiotas, pero les haremos tan imbéciles como nosotros, a ser posible con altos coeficientes intelectuales.
>
> Desde el momento del nacimiento, cuando el niño de la edad de piedra se enfrenta a su madre del siglo XX, el niño se ve sometido a esas fuerzas de la violencia denominadas amor, como lo fueron sus

> padres y los padres de sus padres y los padres de los padres de sus padres. Dichas fuerzas van primordialmente encaminadas a destruir la mayor parte de su potencial y, en general, suelen lograrlo. Cuando el nuevo ser humano alcanza más o menos los quince años, nos queda un ente muy semejante a nosotros mismos, un ser medio loco ajustado más o menos a un mundo de locura. Esto es la normalidad en la época actual...
>
> La condición de alienación, de somnolencia, de inconsciencia, de enajenación mental, es la condición del hombre normal.
>
> La sociedad le otorga un gran valor a su hombre normal. Educa a los niños para que se pierdan en lo absurdo y sean, por consiguiente, normales.
>
> Los hombres normales han matado a unos cien millones de hombres también normales en los últimos cincuenta años.[11]

Los hombres normales, evidentemente, tienen buenas razones para su conducta; la conducta de los hombres normales está siempre inspirada en buenas razones. Adoptamos el único enfoque *realista* posible, o por lo menos nos solidarizamos para sentirnos más seguros de nosotros mismos. Quizá la única respuesta posible sea la de Schroedinger: «¿Realidad? Extraña realidad. Algo parece estar ausente».

Lo cierto, sin embargo, no es que existan ciertos individuos «enajenados» que deambulen fingiendo ser personas normales. Por el contrario, el problema a este nivel, en la gama biosocial, no concierne a los egos individuales sino a las mismas instituciones sociales que constituyen el sustrato de todos los egos. Como los Putney lo expresan en el prólogo de su obra sobre esta cuestión: «El tema de esta obra no son *ellos* (cuyas debilidades podemos observar con distanciamiento e incluso con cierto regocijo); somos *nosotros*, los normales, los adaptados de nuestra sociedad. Su interés principal es por ciertas neurosis que son normales...».[12] Resumiendo, los ladrillos de los muros de nuestros egos están unidos con el cemento de la locura y es este cemento universal, y no los muros en particular, lo que debemos examinar.

Examinemos lo siguiente, como juego socialmente universal con reglas autocontradictorias: si establecemos una

distinción categórica entre el organismo y el medio ambiente —como lo hace inconfundiblemente nuestra sociedad—, de ello emerge una regla según la cual el individuo puede ignorar el medio ambiente en su búsqueda del éxito personal. Ésta es la base de la «ley del más fuerte», el intento permanente de ser rey de la montaña, de llevarles siempre cierta ventaja a todos los demás organismos; y se trata de un juego que se les inculca a los niños desde una edad muy temprana. Jules Henry, antropólogo y sociólogo, describió claramente las numerosas autocontradicciones de este juego cultural, a partir de un caso concreto, extraído de la educación elemental:

> Boris tenía dificultades para reducir la fracción 12/16 y sólo lograba llegar hasta 6/8. Su maestra le preguntó sin levantar la voz si era incapaz de seguir y le sugirió que «pensara». Otros alumnos agitaban los brazos intentando desesperadamente corregirle. Boris se sentía bastante desgraciado y probablemente con el cerebro casi paralizado. La maestra, paciente y relajada, hace caso omiso de los demás para concentrar su voz y su mirada en Boris. Al cabo de uno o dos minutos, se dirige a la clase para preguntar: «Y bien, ¿quién puede decirle a Boris la respuesta correcta?». Se levanta un bosque de manos y la maestra elige a Peggy. Peggy responde que tanto el numerador como el denominador son divisibles por cuatro.[13]

Henry comenta el caso en términos brutalmente sinceros:

> El fracaso de Boris hizo posible el triunfo de Peggy; el sufrimiento del niño constituye el regocijo de la niña. Ésta es la condición habitual de la escuela elemental contemporánea en Norteamérica. A un indio zuni, hopi o dakota, la conducta de Peggy le parecería increíblemente cruel, ya que la competencia, el éxito extraído del fracaso de otro, es una forma de tortura ajena a sus culturas no competitivas.[14]

Algunas de las autocontradicciones de dicho juego son ahora evidentes:

> Desde el punto de vista de Boris, la pesadilla de la pizarra constituyó quizás una lección en autocontrol, que le enseñó a no huir despavorido del aula bajo el enorme peso de la presión pública. Este tipo

de experiencia obliga a todo hombre educado en nuestra cultura —una y otra vez, noche tras noche, incluso en la cima del éxito— a soñar no con el éxito sino con el fracaso. En la escuela, la pesadilla externa se interioriza para toda la vida. Boris no sólo aprendía aritmética, sino también la pesadilla esencial. *Para tener éxito en nuestra cultura uno debe aprender a soñar con el fracaso...*

En una sociedad donde la competencia por las adquisiciones culturales básicas es el fulcro de la palanca, no se les puede enseñar a las personas a quererse entre sí. Por consiguiente, la escuela se ve obligada a enseñar a los niños a odiar, *pero sin que lo parezca*, ya que nuestra cultura no puede tolerar la idea de que los niños se odien entre sí. ¿Cómo consigue la escuela esta ambigüedad?[15]

¡La ambigüedad es correcta! Es una abrumadora autocontradicción, ya que, como alguien señaló en cierta ocasión, no hay fracaso como el éxito. Intentar llevarle ventaja al medio ambiente equivale, a fin de cuentas, a intentar llevarle ventaja a uno mismo, ya que en realidad el yo y el medio ambiente son un mismo proceso. Y *eso* es tan imposible como levantarse uno mismo del suelo tirando de sus propios tobillos. Se nos engaña para que participemos en el juego sin que nadie nos diga que nunca podremos ganar, de modo que si jugamos perdemos y si dejamos de jugar también perdemos. Estamos condenados si jugamos y también si no lo hacemos, he ahí el doble vínculo, el juego con reglas autocontradictorias.

En dicha situación, nos sentimos evidentemente confusos, puesto que suponemos que la culpa debe ser de nuestra conducta inadecuada. Examinamos una y mil veces el problema sin resultado aparente alguno, no debido a nuestra excesiva estupidez, sino porque no tiene solución. El problema, como diría Wittgenstein, es absurdo y nosotros llegamos a extremos de neurosis, y ocasionalmente de psicosis, en busca de una solución inexistente.

Sin embargo, al no darnos cuenta de que el problema es absurdo, nos hallamos en la situación del pobre borracho que, al salir de su bar predilecto para dirigirse a su casa, tropieza de cabeza con una farola. Retrocede unos pasos, mira a su alrededor, procura reajustar su rumbo y avanza de nuevo

golpeándose una vez más contra la farola, pero en esta ocasión con tanta fuerza que pierde el conocimiento. Cuando se recupera lo intenta una vez más y se repite la colisión. Derrotado, exclama: «Es inútil, estoy atrapado». No hay ninguna barrera física, ni bases reales para nuestro problema; la dificultad radica en la confusión de nuestros pensamientos, no en la realidad.

Pero en lugar de aclarar esas reglas de modo explícito, nuestros padres, abuelos, hermanos, primos, tíos, etcétera, las mantienen escondidas, implícitas e inconscientes, porque ellos, a su vez, han sido víctimas del engaño. Por consiguiente, la «sociedad interiorizada» de la gama biosocial contiene numerosas reglas ocultas, mensajes y metamensajes paradójicos y autocontradictorios, además de los que puedan ser de mayor o menor utilidad. Es decir, que existen muchos dobles vínculos que forman parte de la textura de la gama biosocial, que pueden conducir —y casi universalmente lo hacen— a diversos grados de confusión mental, neurosis y psicosis.

Es importante recordar que estamos sometidos a dichos dobles vínculos, simplemente en virtud de nuestra pertenencia a la sociedad. Son consecuencia íntima de la propia morfología y sintaxis de nuestra lengua, nuestras leyes, nuestra lógica y nuestra ética: la convención gramatical que divide la naturaleza en nombres y verbos, sujetos y objetos; la lógica del sentido común que se niega a abandonar el principio del tercero excluido, y por tanto rechaza la *coincidentia oppositorum*; la ética popular que induce a «hacer el bien y evitar el mal», lo que equivale a conducir por una ciudad intentando «girar siempre a la izquierda y nunca a la derecha». Todo ello impregna el papel que jugamos, nuestra posición, nuestro sistema de valores, nuestros paradigmas filosóficos populares; vivimos para un futuro que no existe, de modo que al vivir para el mañana, nunca podremos disfrutarlo; nos identificamos con un papel puramente abstracto y superficial, de modo que cuanto mayor sea nuestra «identificación», más perdidos nos sentiremos; aspiramos al éxito por temor al fracaso, de modo que cuanto mayor éxito alcanzamos mayor es nuestro miedo

al fracaso. Resumiendo, todos los juegos en que se fracasa si funcionan y en que perdemos si ganamos.

El caso es que no sólo las comunicaciones entre individuos a nivel egoico contienen dobles vínculos, sino que las propias reglas de la comunicación general pueden ser intrínsecamente contradictorias, paradójicas, y por tanto, generadoras de doble vínculo. Por consiguiente, cabe afirmar que los dobles vínculos que generan problemas intensos y proyecciones en el nivel egoico no son más que nódulos en la perturbada gama biosocial, donde las autocontradicciones son más intensas, o que las perturbaciones emocionales graves tienen lugar donde los dobles vínculos impuestos por la sociedad en general adquieren una mayor densidad o intensidad, con la añadidura de algún doble vínculo en particular, procedente de ciertas situaciones familiares o educacionales. En todo caso, la propia gama biosocial es fuente de numerosas dificultades emotivointelectuales, de nuestras «neurosis normales», de nuestra locura colectiva, y éste es el nivel al que se dirigen la psiquiatría de las comunicaciones, la terapia familiar, la fenomenología social y otras especialidades del mismo género.

La dificultad, aunque sin duda incluye juegos con reglas autocontradictorias, en realidad va más allá de los juegos y de las propias reglas, puesto que, como ya hemos sugerido, toda regla autocontradictoria se basa a su vez en el establecimiento de distinciones inapropiadas. Nuestras distinciones y divisiones convencionales de la realidad, de las que son portadores el lenguaje, la lógica y los mapas simbólicos, no reflejan la realidad, sino que *la dirigen*, y éste es el quid del problema.[16]

Por ejemplo, puesto que nuestros actos *son* actos del universo, no tiene sentido intentar *dirigirlos* al mismo; no estamos en el exterior para poder hacerlo. Pero cuando dirigimos la realidad desvinculando nuestros actos de los del medio ambiente, nos hacemos la conveniente ilusión de poder actuar independientemente de nuestro entorno. Esta distinción inapropiada conduce a las reglas autocontradictorias del «juego del más fuerte» con sus diversas derivaciones.

Caemos en este absurdo sólo porque estamos ensimismados en nuestro conocimiento simbólico. Decimos que un meteorito se estrella contra la Luna, pero es igualmente cierto que la Luna se estrella contra el meteorito; o decimos que un tren se desplaza por la superficie, pero es igualmente cierto que la superficie se desplaza bajo el tren. En ambos casos tiene lugar una sola acción, que procuramos resumir en una afirmación única, pero que parece autocontradictoria porque intentamos incorporar dos puntos de vista opuestos y esto es algo no previsto en nuestro idioma ni en nuestra lógica.

Sin embargo, puesto que la realidad no es dual y en ella coinciden términos opuestos, las distinciones y dualismos inapropiados que hacemos conducen ineludiblemente a reglas que generan acciones con resultados contradictorios, ya que los opuestos desterrados paradójicamente deben regresar. Por ejemplo, separamos la vida de la muerte, distinción inapropiada que conduce a la regla autocontradictoria de que *debemos* seguir viviendo, que debemos luchar encarnizadamente contra la muerte. Pero dado que la vida y la muerte son en realidad una misma cosa, ganar este juego equivale a perder la vida, por lo que al ganar perdemos. Es como el caso de una puerta, que puede servir simultáneamente de entrada o de salida, de modo que si cerramos la salida cerramos también la entrada. Al huir de la muerte, morimos.

Éste es el tipo de distinciones inapropiadas subyacentes en las reglas autocontradictorias y los juegos autodestructivos de muchas de nuestras instituciones sociales, que a su vez alimentan el fuego de nuestra locura colectiva. A lo largo de este capítulo hemos señalado cuatro distinciones inadecuadas principales, además de numerosos corolarios, pero debemos subrayar una vez más que por distinción inapropiada se entiende *toda* distinción que en el fondo aceptemos como real. Es perfectamente aceptable establecer distinciones, dualidades y divisiones, siempre y cuando conozcamos y sintamos la realidad que estamos dividiendo. El problema es que éste no es el caso y, por consiguiente, nuestras distinciones se convierten en inapropiadas, conduciendo finalmente a dobles

vínculos con todas sus consecuencias: *maya* se convierte en locura.

Es de esperar que resulte evidente que nuestra propensión a tomar dichas distinciones como si fueran fundamentalmente auténticas será mayor si no nos damos cuenta de que somos *nosotros* mismos quienes las formulamos y que —en palabras de Sullivan, hablando de la distinción inapropiada entre espacio y tiempo— «la naturaleza, al parecer, no sabe nada de la distinción que hacemos entre espacio y tiempo. Dicha distinción, a fin de cuentas, es una peculiaridad psicológica nuestra». Cabe agregar que la naturaleza no sabe nada de *ninguna* de las distinciones que hacemos, y, por consiguiente, éstas no hacen más que filtrarla y confundirla por caminos de los que sólo somos vagamente conscientes. Es decir, que esas distinciones, esos mapas primordiales están habitualmente implícitos, inadvertidos, ocultos, y son inconscientes, lo que equivale a decir que muchas veces no nos damos cuenta de que se trata de mapas y suponemos erróneamente que son el propio territorio. Debido a que dichos mapas primitivos, dichas distinciones, son inconscientes, cometemos casi ineludiblemente la falacia de la concretización desplazada, sin darnos cuenta de ello. En resumen, somos inconscientes de la realidad porque somos inconscientes del modo en que la ocultamos. Dividimos la realidad, olvidamos que la hemos dividido y a continuación olvidamos que lo hemos olvidado.

Para recapitular, cuando nuestros mapas sociales establecen significado, dividen la existencia filtrando el conciencia-miento, como consecuencia de cuyo proceso, a este nivel, se crea el inconsciente biosocial. Además, debido a que el territorio representado por dichos mapas dualistas es en realidad no dual, en muchos casos los denominados «significados» carecen, en efecto, de sentido, son autocontradictorios o paradójicos, e intentar actuar bajo su influencia crea dobles vínculos. Tengamos, además, en cuenta que en la mayoría de los casos dichos mapas son a su vez inconscientes, ya que si supiéramos que en realidad no son más que mapas, automáticamente empezaríamos a buscar el territorio propiamente dicho. ¡Pero

esto es precisamente lo prohibido! De modo que ¡existen incluso mapas que niegan la existencia de otros mapas! O tabúes que nos impiden conocer otros tabúes, leyes contra el descubrimiento de otras leyes o, en palabras de Laing, reglas que impiden ver las reglas, e incluso reglas contra las reglas que impiden ver las reglas, ya que «admitir las reglas equivaldría a admitir lo que las reglas y operaciones intentan convertir en inexistente». Y esto sería terrible; después de todo, puede que despertáramos.

La terapia familiar, la psiquiatría de la comunicación, la terapia semántica, ciertas formas de terapias interpersonales muy fundamentales y la fenomenología social, entre otras, se esfuerzan por convertir en conscientes dichos mapas inconscientes, de modo que aunque sigan ocultando la realidad, por lo menos nos demos cuenta de ello, lo que en sí supone el principio de cierta introspeción. En palabras de Chuang Tzu, «el que sabe que es muy necio, no es tan necio como parece». Al ver nuestros mapas como tales, estamos por fin en condiciones de ir más allá de ellos, hasta el propio territorio, de liberarnos del embeleso que dichos sueños sociales inducen en nosotros y ver a través de «la textura elemental de esas alucinaciones socialmente compartidas que denominamos realidad».[17] En caso de no lograrlo, esas ficciones sociales se confundirán con la realidad, de modo que «nos veremos rodeados de seudosucesos, a los que nos ajustamos con una falsa conciencia adaptada a interpretarlos como reales, verdaderos, e incluso hermosos».[18] El resultado es lo que un analista denominó «una pesadilla institucionalizada que todo el mundo experimenta simultáneamente», pero sólo debido a que «todo el mundo cree que todos los demás lo creen».

Por consiguiente, es a la gama biosocial a la que se dirigen la mayoría de estas terapias. A pesar de no ser la única creadora de distinciones y dualismos, es, sin duda, la más extendida, especialmente por ser morada de nuestro lenguaje y nuestra lógica dualistas. Es esta enorme matriz de distinciones la que, si se confunde con la realidad, no sólo filtra el concien-

ciamiento, sino que conduce a reglas autocontradictorias, juegos autodestructivos y, por consiguiente, neurosis y psicosis. Por tanto, no podemos pasar por alto su importancia para la conducta.

Cuando una persona divide la realidad, actúa en consecuencia.

# 9. EL HOMBRE COMO CENTAURO

Antes de explorar el nivel existencial, establezcamos nuestros puntos de referencia. En los límites superiores de dicho nivel se encuentra la gama biosocial y «más arriba» están los niveles del ego y de la sombra. Inmediatamente «por debajo» se hallan la gama transpersonal y el nivel de la Mente. No olvidemos que este nivel se caracteriza por la presencia del dualismo primario —organismo contra medio ambiente, y yo contra otro— y del dualismo secundario —la vida contra la muerte, o el ser contra el no ser—, de modo que estamos plenamente identificados con el organismo, tal como existe en el tiempo y en el espacio. También es significativo que no esté presente el dualismo terciario de psique contra soma, o mente contra cuerpo, por lo menos no de un modo destacable, por lo que este nivel representa nuestra prensión existencial total de la existencia, en contraste con las ideas fragmentarias de la existencia que componen el nivel egoico.

Dado que es el dualismo terciario de mente contra cuerpo el que nos aleja del nivel existencial y nos empuja hacia el nivel egoico, será precisamente sanando dicha brecha, dicho dualismo terciario, como lograremos centrarnos en el organismo total de mente/cuerpo denominado nivel existencial, así como al curar o completar el dualismo cuaternario entre persona y sombra descendemos del nivel de la sombra al egoico. Como hemos explicado anteriormente, este traslado al nivel existencial puede efectuarse temporalmente si nos limitamos a descansar en un lugar tranquilo, alejando de la mente todo concepto sobre nosotros mismos y simplemente sintiendo nuestra propia existencia básica. Sin embargo, para esta-

blecer nuestra identidad en este nivel de un modo más o menos permanente, *habitualmente* necesitamos algún tipo de «terapia» existencial, como el hatha yoga, el análisis bioenergético, la integración estructural, la psicología existencial, la terapia de las polaridades, la psicología humanista, la logoterapia o los masajes terapéuticos, por sólo mencionar unas pocas. A pesar de las grandes diferencias de sus formas externas, el objeto esencial de todas estas terapias es el de ponernos en contacto con el «auténtico ser» de nuestro organismo total, a base de *integrar el dualismo terciario*.

Ahora bien, puesto que nuestro acercamiento *al* nivel existencial suele realizarse *desde* el nivel egoico *a través* del dualismo terciario de mente contra cuerpo, estas «terapias» acostumbran a caer en dos grandes categorías que reflejan el propio dualismo: las que actúan primordialmente a través de la «mente», como el análisis existencial, las terapias humanistas, la logoterapia, etcétera, y las que actúan básicamente a través del «cuerpo», como la integración estructural, el hatha yoga, la terapia de las polaridades, etcétera. Evidentemente, algunos enfoques actúan al mismo tiempo por «ambos caminos», mente y cuerpo, como el análisis bioenergético y la orgonoterapia, el nivel existencial, el hombre como centauro.

Ambos enfoques —el de la mente y el del cuerpo— tienen sus ventajas especiales y sus desventajas características. Pero los dos actúan según un principio cada vez más evidente para los investigadores de dicho nivel, que puede resumirse sencillamente como sigue: *para cada «problema» o «nudo» mental existe un «nudo» corporal que le corresponde y viceversa*, ya que, en realidad, cuerpo y mente no son dos.

Como ejemplo de nudo corporal y su correspondiente nudo mental, podemos mencionar la siguiente anécdota sobre John Lilly. Cuando era niño, Lilly se clavó accidentalmente un hacha en el pie y le causó un trauma tan grave que «reprimió» el dolor de la herida; vio cómo se le hundía el hacha en el pie, pero no sintió dolor. Por supuesto que su «mente» registró el hecho con su dolor correspondiente, pero reprimió el trauma en su conciencia. Transcurridos algunos años, Lilly

practicaba la integración estructural bajo la dirección de Peter Melchior, cuando este último vio la terrible cicatriz que tenía en el pie. Cuando empezó a acercarse a la cicatriz con su masaje profundo y golpeando el tejido muscular para relajar los nudos corporales, Lilly empezó a ponerse visiblemente tenso y ansioso. Cuando llegó por fin a la propia cicatriz, el doloroso acontecimiento del accidente invadió de pronto la mente de Lilly y por primera vez experimentó el dolor del hachazo, sepultado desde hacía muchos años en su «inconsciente».

> De pronto me di cuenta de que había bloqueado el dolor en la experiencia original. Aquella cicatriz había conservado desde entonces el potencial de dicho dolor. La acompañaba también un recuerdo traumático básico, un bucle («complejo» mental). Había favorecido aquel pie, aquella región del pie y no había rellenado el hueco forjado en mi imagen corporal. El «Rolfing» (integración estructural) permitió rellenarlo...[1]

Lo importante del caso es que, *manipulando el cuerpo, se deshizo un nudo mental.*

Como ejemplo del proceso inverso, es decir, el de nudos mentales que producen sus correspondientes nudos corporales, no hay más que mencionar el trabajo de Wilhelm Reich en la armadura del carácter y el de Fritz Perls sobre la retroflexión. Esencialmente, ambos investigadores afirman que una persona que padezca una neurosis, como el dualismo cuaternario, manipulará, comprimirá y tensará su propia musculatura, en sustitución de lo que realmente desearía hacerles a los demás. Reich se dio cuenta de que especialmente los neuróticos reprimen sus impulsos sexuales «nocivos» tensando y comprimiendo los músculos de la pelvis, de modo que al cabo de cierto tiempo la auténtica liberación sexual les resulta prácticamente imposible; mientras Perls subrayaba que la agresividad enajenada se dirige contra el propio cuerpo, bloqueando, en general, los músculos involucrados, de modo que una persona que querría estrangular a alguien puede retroflexionar la agresión y, en lugar de eso, tartamudear, o una per-

sona que desee «estrujar» a los demás puede que acabe con todos los músculos de su cuerpo tensos y endurecidos. De modo que, «en la mente», la agresividad se enajena reprimiéndola y proyectándola, pero «en el cuerpo» sólo se reprime *tensando todos los músculos opuestos a los que normalmente liberarían dicha emoción*. Esto conduce a un callejón sin salida, al espasmo, al bloqueo: grandes cantidades de energía tirando por igual, pero en sentidos opuestos, con una enorme fuerza simultánea.

De modo que, lentamente, va haciéndose evidente que lo que *en la mente es una guerra de actitudes, en el cuerpo es una guerra de músculos*. Por consiguiente, la persona que reprime su interés y su emoción, debe reprimir al mismo tiempo su respiración corporal; se ve obligada a bloquear el tórax, tensar el diafragma y apretar las mandíbulas. El que reprime su ira se ve obligado a tensar todos los músculos opuestos a los que utilizaría para luchar contra el mundo; contrae y tira de sus hombros, agarrota el pecho y tensa la musculatura de los brazos. Cuando alguien desea reprimir el llanto debe cerrar violentamente los ojos, tensar el cuello y la garganta, y controlar además la respiración, bloqueando toda sensación procedente de las entrañas. Para reprimir todos los impulsos sexuales, uno tiene que tensar los músculos de la pelvis, agarrotar la musculatura lumbar inferior y evitar cuidadosamente todo concienciamiento de la parte media del cuerpo. En todos estos casos, un nudo mental ha producido un nudo corporal, que puede deshacerse manipulando la mente. (En realidad, preguntarse si los nudos mentales producen nudos corporales, o los corporales son responsables de los mentales, probablemente no tiene sentido alguno; a lo sumo cabe afirmar que emergen juntos y pueden curarse «manipulando» uno cualquiera de los «extremos», ya que la mente y el cuerpo no son dos.)

El doctor Lilly, que goza de muchísima experiencia en el nivel existencial, reconoce claramente ambos enfoques —a través de la mente o a través del cuerpo—, ya que declara:

> Así descubrí que el bioordenador humano incluye los sistemas musculares y que el modo en que están controlados por las pautas de

> actividad del sistema nervioso central es una función de la fijación en la infancia. Las causas del trauma se ocultan como consecuencia del propio trauma, estableciendo así un bucle en el sistema nervioso central, que queda activado a perpetuidad, hasta que se interrumpa en el cerebro o en los músculos.[2]

Para simplificar esta exposición, otorgaremos a todos aquellos enfoques que, como el hatha yoga, la terapia de las polaridades y la integración estructural, intentan curar la brecha terciaria entre mente y cuerpo manipulando primordialmente el «cuerpo», el «extremo muscular», el denominativo de *existencialismo somático*; calificando todos los demás enfoques que actúan básicamente a través de la «mente», del «extremo cerebral», como el análisis existencial y la logoterapia, de *existencialismo noético*. Por lo menos en teoría, cualquier enfoque llevado hasta sus últimas consecuencias, sea somático o noético, puede concluir en un contacto con el nivel existencial. Sin embargo, lo ideal y más eficaz es una combinación de ambos enfoques, como veremos en breve.

Como ejemplo típico del enfoque somaticoexistencial, tomemos la integración estructural, conocida también como «Rolfing» en honor a su fundadora, la doctora Ida Rolf.

> En todo intento de crear un individuo integrado, un lugar evidente donde empezar es su cuerpo físico, aunque sólo sea para examinar la vieja premisa de que el hombre es únicamente capaz de proyectar lo que lleva dentro. Para el especialista de la medicina, el hombre *es* única y exclusivamente dicho cuerpo. Para el psiquiatra, el cuerpo es menos que el hombre; es tan sólo la expresión exteriorizada de la personalidad. Ninguno de ellos ha aceptado como real una tercera posibilidad; a saber, la de que, de algún modo todavía no muy bien definido, *el cuerpo físico es en realidad la personalidad*, la unidad energética que denominamos hombre, y no sólo su expresión...[3]

Es decir, que el objetivo del Rolfing es el de experimentar el organismo integrado en el que la mente *es* el cuerpo y el cuerpo *es* la mente, lo que equivale inconfundiblemente a la curación del dualismo terciario. A muchos esto nos resultará

difícil de comprender, especialmente porque estamos muy acostumbrados a localizar nuestra mente y, por consiguiente, nuestra identidad *en la cabeza* y tenemos la sensación de que el cuerpo es una especie de apéndice de la misma. Sin embargo, cualquier estudiante del Rolfing, hatha yoga o masaje terapéutico, pronto empieza a experimentar que su identidad no *está* en su cuerpo sino que *es* su cuerpo y, por consiguiente, comienza a disipar el dualismo terciario y a establecerse, por tanto, en el nivel existencial. Albert Einstein alegaba con toda seriedad que pensaba con sus músculos.

El Rolfing propiamente dicho consiste en una serie de ejercicios y masajes profundos, diseñados para despertar nuestro cuerpo habitualmente entumecido, de modo que podamos comenzar a reintegrarlo, reposeerlo y, por consiguiente, disfrutar del mismo, como solíamos hacerlo cuando éramos niños, antes de aprender el dualismo terciario, antes de aprender que el cuerpo albergaba pasiones animales y repugnantes, que era preciso ocultarlo con ropa apretada y asfixiante, que mientras la «mente» producía ideas nobles, el cuerpo no producía más que fuerza «bruta» o asquerosas «secreciones», que las enfermedades corporales eran malévolas y algo de lo que avergonzarse, y que tarde o temprano acabaría por pudrirse, destrozado por algo tan horrendo como el cáncer. Todo el peso de nuestro condicionamiento social va encaminado a distanciar todo lo posible nuestras «mentes» de nuestros «cuerpos». Pero con esta operación nos sale inevitablemente el tiro por la culata, ya que como, entre otros, Freud y Blake han explicado claramente, todo regocijo pertenece al cuerpo, a los sentidos, de modo que al desterrar el cuerpo desterramos simultáneamente toda posibilidad de auténtico regocijo y felicidad. Para recuperar dicha posibilidad, debemos descender del nivel egoico al existencial, a fin de despertar allí la vida y energía del cuerpo, ya que «la energía es el regocijo eterno... y pertenece al cuerpo».

En este sentido, lo dicho del Rolfing es también aplicable esencialmente a otros enfoques somaticoexistenciales, a pesar de que, como es de suponer, las técnicas, las formas exte-

riores y sus respectivas «filosofías» varían considerablemente. El hatha yoga, por ejemplo, siempre ha tenido como objetivo principal el despertar del cuerpo y su unión con la psique (y no debemos confundirlo con los yogas «superiores» como el *raja* yoga, cuyo objetivo es el nivel de la Mente). El hatha yoga se concentra particularmente en la respiración, ya que se trata de la función en la que con mayor claridad se unen la mente y el cuerpo, donde se unen el control mental consciente y los procesos corporales inconscientes, convirtiendo la respiración en la vía principal de la unión mente/cuerpo. La propia palabra «yoga» significa «unión» y el hatha yoga está diseñado especialmente para unir la mente y el cuerpo en un organismo psicofísico integrado. El hatha yoga es, por consiguiente, el compendio del existencialismo somático, pero en el fondo no difiere en absoluto de otras terapias encaminadas a establecer contacto con el nivel existencial, mediante la curación de la brecha terciaria.

Comprendido esto, examinemos ahora algunos aspectos de la psicología existencial noética. En primer lugar, cabe destacar que, en general, el existencialismo noético opera en el mismo nivel que el existencialismo somático, y aunque sus técnicas y su filosofía son decididamente diferentes, hay que subrayar que son claramente complementarias. La cantidad de enfoques noeticoexistenciales es realmente enorme, pero, cada uno a su estilo, van todos encaminados a la actualización del «ser auténtico» del *organismo total*, la destrucción del dualismo terciario y a enfrentarse a la existencia desnuda, desprovista de toda idea egoica, objetos de cognición y muletas intelectuales. Jean-Paul Sartre, por ejemplo, existencialista noético brillante aunque fanático, alega convincentemente que el ego aislado, el «yo» solitario, es una ficción engañosa que elaboramos para ocultarnos del flujo constante de nuestra existencia real. Por consiguiente, el nivel egoico se interpreta, en nuestra opinión acertadamente, como una hemorragia existencial, como una fuente importante de «mala fe» que ofusca nuestra existencia. Además, Sartre siempre ha prorrumpido en invectivas contra el «tipo y grado de abstracción y materia-

lización utilizadas, consciente o inconscientemente, en diversas teorías», debido a «la violencia perpetrada perceptiva y conceptualmente contra la realidad humana en su totalidad concreta».[4]

Es este «ser global concreto», no fragmentado ni despedazado en psique y soma, lo que los existencialistas noéticos pretenden autentificar. El enfoque global de la psicoterapia convencional, que interpreta la personalidad humana como un «ego» aislado o incluso como un complejo múltiple de «egos», debe ser sustituido por otro enfoque de mayor alcance, si lo que nos proponemos es alcanzar, o «descender a», la plenitud del nivel existencial. En palabras del más compasivo psicólogo existencial, Rollo May:

> El concepto del ego, con su capacidad para dividirse en numerosos egos discretos, supone una gran tentación para la psicología experimental, ya que invita a poner en práctica el método de estudio del «divide y vencerás», que hemos heredado en nuestro método científico con su tradicional dicotomía...
>
> Si alguien alega que esta imagen de múltiples egos refleja la fragmentación del hombre contemporáneo, replicaré que todo concepto de fragmentación presupone cierta unidad *de la cual* dicha fragmentación procede... Ya que ni el ego, ni el inconsciente, ni el cuerpo pueden ser autónomos. La autonomía, por su propia naturaleza, sólo puede estar localizada en el *yo centrado*... Tanto desde un punto de vista lógico como psicológico, debemos ir más allá del sistema del ego/ello/superego e intentar comprender el «ser» del que son expresiones.[5]

El doctor May afirma que el ego independiente y el cuerpo enajenado, así como todas las demás fragmentaciones, son —en sus propias palabras— «expresiones» del ser total o, como ya hemos dicho, *proyecciones* del organismo total potenciadas por el dualismo/represión/proyección terciario. Y tras estas proyecciones, estas expresiones, estas manifestaciones, tras el nivel egoico, se encuentra el nivel existencial, nuestro «yo centrado», nuestro «ser total», de «cuya unidad» psique y soma representan una fragmentación. Una vez más,

es precisamente este «ser total» lo que los existencialistas noéticos pretenden actualizar. Debemos abandonar el nivel egoico, archivar todas esas ideas sobre nuestra existencia a las que tan apegados nos sentimos, regresar a nuestro cuerpo y *vivir*. En los explosivos términos del autor «existencialista» Fyodor Dostoyevsky:

> Pero escuchadme un momento. No pretendo justificarme hablando de *todos nosotros*. En lo que a mí se refiere, lo único que he hecho ha sido llevar hasta el límite lo que vosotros no os habéis atrevido a seguir ni hasta medio camino, tomando vuestra cobardía por raciocinio y sintiéndoos así mucho mejor. De modo que, a fin de cuentas, puede que esté más *vivo* que vosotros. ¡Vamos, echadle otro vistazo! ¡Hoy en día ni siquiera sabemos dónde está la vida real, lo que es o cómo se llama! Solos y sin literatura, nos sentimos inmediatamente confundidos y perdidos; no sabemos a qué unirnos ni qué seguir; qué amar ni qué odiar; qué respetar y qué despreciar. Incluso nos resulta doloroso ser hombres, hombres verdaderos de carne y hueso, con *nuestros propios cuerpos privados*; nos avergonzamos de ello y aspiramos a convertirnos en algo hipotético denominado hombre común. Nacemos muertos y, durante mucho tiempo, nos introducen en el mundo unos padres que a su vez están igualmente muertos, y nos gusta más y más. Por así decirlo, aprendemos a saborearlo. Pronto inventaremos un método para ser engendrados totalmente por ideas.[6]

Y *eso* no precisa comentario alguno.

Empezamos a comprender que el descenso al nivel existencial incluye una expansión de la identidad, desde el ego al centauro, al organismo total. Es evidente que para quienes viven su vida consciente en el nivel egoico, este proyecto parece sumamente enigmático. Ya que en dicho nivel, uno tiende naturalmente a alegar, o bien que ya forma una identidad completa con el cuerpo, descartando, por consiguiente, el conjunto del movimiento humanista por su «mucho ruido y pocas nueces», o que se trata de algo teóricamente hermoso y maravilloso, pero claramente imposible, ya que el hombre, a fin de cuentas, no es más que mente. Los que defienden el primer punto de vista suelen afirmar que le prestan muchísima atención a su cuerpo (especialmente en lo que hace referencia al

sexo), lo que simplemente demuestra que *no* están identificados con el cuerpo, sino obsesionados *por* el mismo. Por otra parte, los que defienden el segundo punto de vista —que el hombre es mente— suelen alegar que en sus cuerpos no ocurre absolutamente nada de interés, de modo que concentrar la atención en dicha área supone una aventura terriblemente aburrida, lo cual indica precisamente hasta qué punto se ha entumecido su sentido de la existencia.

Estos prejuicios están tan profundamente sepultados en el inconsciente filosófico y biosocial que lo único que tienden a incitar, incluso en los intelectuales, son emociones de pánico. Peor todavía, el dualismo terciario está firmemente anclado en los campos de la medicina, la enseñanza, el atletismo y, lamentablemente, en el de la psicología ortodoxa. La educación ejercita la «mente», mientras que el atletismo ejercita el «cuerpo»; la psicología cura le «mente», mientras que la medicina cura el «cuerpo». De modo que el antagonismo entre la educación y el atletismo, por una parte, y la psicología y la medicina por la otra, es vivo reflejo de la separación entre mente y cuerpo. Esto es particularmente lamentable en el área de la psicología y la medicina; después de todo, Freud no fue nunca aceptado plenamente por la medicina ortodoxa, ni lo es en la actualidad, como lo demuestra la triste condescendencia con que se trata la medicina psicosomática.

Y por ello se da el caso de que ciertas ciencias como la biorretroacción, la somatología y la psicología humanista, que en la actualidad intentan unir ambos extremos del hombre, sean consideradas por ambos bandos como probablemente bien intencionadas pero básicamente incompetentes. El hecho es que la represión del centauro ha sido y sigue siendo completa y pandémica.

Sin embargo, en la actualidad vemos que empieza a emerger lentamente el esbozo de una ciencia del nivel existencial. En palabras de Thomas Hanna, «es fundamental para este movimiento la comprensión de que el autoconcienciamiento humano no es un "epifenómeno" fatuo y disperso, sino un concienciamiento holístico del yo corporeizado y siempre

consciente de su corporeización. Desde este punto de vista, el autoconcienciamiento... es la función que permite experimentar el estado global de la estructura orgánica del individuo. Conforme cambia dicha estructura orgánica, lo hace también nuestro autoconcienciamiento básico, y viceversa». Por consiguiente, en el nivel existencial, el concienciamiento del individuo, su concienciamiento centáurico, «es una parte viva e integral de un todo orgánico, somático...; un organismo autoconsciente, autocontrolador, una unidad orgánica de muchas funciones, consideradas tradicionalmente por separado como "corporales" y "mentales"».[7]

Visto esto, volvamos ahora al descenso del nivel egoico al existencial. Recordemos que al hablar del descenso al nivel egoico desde el de la sombra, vimos que dicho proceso suponía una expansión progresiva de la identidad que concluía en una autoimagen correcta, que comprendía todas aquellas facetas de la psique antes consideradas enajenadas, amenazadoras, o por lo menos ajenas a nuestro control. Ahora recuperamos nuestro cuerpo y revivificamos, por consiguiente, el centauro.

Éste, en pocas palabras, es el objetivo del existencialismo noético. Como Perls, Hefferline y Goodman afirman claramente, «el objetivo es extender la frontera de lo que uno acepta como sí mismo, para que incluya *todas las actividades orgánicas*».[8] No está mal que uno tenga una representación mental correcta del conjunto de su organismo psicosomático y viva como tal, pero es mucho mejor *ser* en realidad dicho organismo total. El doctor Perls ha sido todavía más categórico, al enunciar los objetivos de la terapia existencial: «¡Relaja la mente y recupera tus sentidos!». Es decir, regresa al centauro. En palabras del doctor Lowen, «mientras el cuerpo sea objeto del ego, puede que logre satisfacer su orgullo, pero nunca aportará el regocijo y la satisfacción que un cuerpo "vivo" ofrece». Y en cuanto al enfoque «terapéutico» dirigido exclusivamente al ego, Lowen declara:

> Se espera (en las terapias egoicas) que, si una persona puede aceptar conscientemente lo irracional de su personalidad, será libre

para reaccionar con naturalidad y espontaneidad ante las situaciones de la vida. El punto débil de esta idea es que la aceptación consciente de un sentimiento no conduce, necesariamente, a la habilidad necesaria para expresarlo. Una cosa es reconocer que uno está triste y la otra ser capaz de llorar. Saber que uno está enojado no es lo mismo que sentirse enojado. Saber que uno ha estado incestuosamente vinculado a uno de sus padres poco contribuye a liberar la sensación sexual reprimida, encerrada en el cuerpo...

A cierto nivel (la gente) es consciente de que su cuerpo almacena sus sentimientos reprimidos, pero, aunque les apetecería muchísimo conocerlos, detestan la perspectiva de encontrárselos en carne y hueso.[9]

En otras palabras, una diferencia primordial (entre muchas otras) entre los enfoques egoico y existencial, es la que existe entre *representar con precisión* el organismo total y *ser realmente* el organismo total, que aunque al ego pueda parecerle insignificante, es algo sumamente distinto.

Sin embargo, esto no significa que las terapias del nivel existencial eviten el trabajo que deba realizarse en los niveles superiores del espectro. Por el contrario, utilizan una amplia variedad de técnicas destinadas a curar el dualismo cuaternario, a integrar la sombra, pero siempre que sea posible dichas técnicas deberían utilizarse con la idea de proseguir con el proceso de integración, hasta alcanzar una *identidad sentida* con el conjunto del organismo.

Esto puede verse claramente en el trabajo del doctor Perls, que utiliza con gran eficacia las técnicas del nivel de la sombra, no como fin en sí mismas, sino para dirigir al «paciente» a una explosión del nivel existencial, donde el ego y el cuerpo, psique y soma, se unan en un concienciamiento del yo total. Por consiguiente, si bien en el nivel egoico uno puede llegar a alcanzar una introspección indudablemente provechosa *acerca* de su propia ira reprimida, en el nivel existencial uno *se convierte* en dicha ira, desaparece en la misma, en carne y hueso, conforme el cuerpo y el alma se funden en la espontaneidad del centauro ahora liberada.

Esta liberación puede ser bastante dramática. Perls consi-

deró que esas explosiones —que en realidad reflejan la energía atrapada en el dualismo terciario— eran la encarnación del organismo total, del yo centrado, y, por consiguiente, no eran de la mente ni del cuerpo, sino del conjunto del organismo. (Son, en resumidas cuentas, destellos del centauro que despierta.) Perls creyó que dichas explosiones podían ser básicamente de cuatro tipos: ira, alegría, orgasmo y pena. Teniendo en cuenta lo buen conocedor que era de dicho territorio, podemos aceptarlas como las cuatro características potenciales del concienciamiento existencial. A las cuales la experiencia nos aconseja agregar características tales como la espontaneidad, la fe orgánica, el significado existencial, la prensión, la intencionalidad, etcétera, elaboradas por investigadores de dicho nivel como Rogers y Maslow.

Ahora debemos por lo menos mencionar que toda terapia verdaderamente existencial debe tener en cuenta el poder de filtración de la gama biosocial. La gama biosocial es, después de todo, el filtro más importante del concienciamiento existencial. La lucha por socavar la gama biosocial puede verse una vez más en la obra de Perls, que libró una batalla permanente contra el embeleso del centauro por parte de los poderes del lenguaje y de la lógica. «Ello lenguaje» debe convertirse en «yo lenguaje»; «lenguaje cosa» en «lenguaje proceso»; la lógica de «lo uno o lo otro» en experiencia directa; las preguntas en exigencias; la interpretación de los sueños en identificación con los mismos; y los rumores en confrontación. Todo ello encaminado a levantar el filtro de la gama biosocial y a sumergirse en la inmediatez del concienciamiento existencial. Evidentemente, una vez levantado el filtro, uno sigue siendo libre de utilizarlo, pero ya no está obligado a hacerlo.

Volviendo a nuestro punto principal, la disolución progresiva del dualismo terciario, de la brecha entre el ego y el cuerpo, equivale a una expansión progresiva de la identidad —y por consiguiente de la responsabilidad— al conjunto del organismo del individuo, a «*todas las actividades orgánicas*». Ahora bien, esto no significa que a partir de entonces uno pueda controlar a voluntad todas las actividades orgánicas de un modo

absoluto, haciendo, por ejemplo, que la sangre circule a la inversa o que los huesos crezcan con mayor rapidez. Significa que uno reconoce y acepta *todas* las actividades *orgánicas* como *propias*, de modo que dejen de ser ajenas a uno mismo.

El primer paso encaminado a la recuperación del cuerpo y, en última instancia, a la revivificación del centauro consiste simplemente en ponerse en contacto con el propio cuerpo, aportarle cierto concienciamiento, explorar sus sentimientos, impulsos, inquietudes, reacciones y vibraciones. Enfrentarse con su propio cuerpo y a continuación ponerse en contacto con él.

> Un cuerpo ha sido abandonado cuando se convierte en sede de dolor y humillación, en lugar de placer y orgullo. En tales circunstancias, la persona se niega a aceptar su cuerpo o a identificarse con él. Se vuelve contra él...
>
> He insistido muchas veces en el miedo que tiene la gente de sentir su propio cuerpo. A cierto nivel, son conscientes de que el cuerpo alberga sus sentimientos reprimidos y, aunque les gustaría muchísimo saber en qué consisten dichos sentimientos reprimidos, detestan la perspectiva de enfrentarse a los mismos en carne y hueso. Sin embargo, en su búsqueda desesperada de identidad, tendrán que acabar por enfrentarse con el estado de sus cuerpos.[10]

A pesar de que la confrontación del cuerpo es inicialmente un ejercicio a nivel egoico —puesto que como ego uno se cree diferente del cuerpo al que se enfrenta—, supone no obstante un primer paso encaminado a la reposesión del cuerpo y al descenso al nivel existencial. Para empezar a enfrentarse con el estado de su cuerpo, uno no tiene más que tumbarse, cerrar los ojos y explorar. Explorar los sentimientos del cuerpo, sus impulsos, sus energías, el tono de sus músculos y especialmente su respiración. Conviene prestar atención a las formas en que el ego eludirá este simple experimento de concienciamiento corporal: con mareo o incluso quedándose dormido; con aburrimiento, nerviosismo o distracción; o intentándolo durante un par de minutos, decidiendo que «todo marcha bien» y abandonando el experimento.

Tarde o temprano descubriremos un hecho inesperado y desalentador: en muchas áreas del cuerpo tenemos poca o ninguna sensación. Sólo habrá entumecimiento, ausencia, un vacío en el concienciamiento corporal; éstos son los lugares de las proyecciones corporales (equivalentes somáticos de las proyecciones «mentales» de la sombra). Así, hay gente que no tiene ojos, a otros les faltan los genitales, el corazón, las entrañas, los oídos, la espina dorsal, el pecho, las piernas, la cabeza, las manos, o la boca. Para descubrir estos vacíos, sólo es preciso concentrar el concienciamiento en los mismos. La finalidad no es alterar la situación, sino experimentarla directamente, en cuyo caso —si fuera necesario— se corregirá por sí sola. Dedicar por lo menos una hora diaria al concienciamiento corporal no es en absoluto una pérdida de tiempo. Pocos son los que pierden la mente, pero muchos han perdido ya el cuerpo.

En otras partes del cuerpo uno descubrirá áreas de agarrotamiento y fuertes tensiones, músculos que luchan entre sí a brazo partido, y ésas son las zonas donde tienen lugar las retroflexiones corporales (las anclas motrices de muchas proyecciones de la sombra). Al descubrirlas, la tendencia natural lleva a relajarlas, lo que surte un efecto provechoso por lo menos durante un minuto. Por el contrario, *deben experimentarse a fondo los impulsos encerrados en dichos músculos, movilizarlos, exagerarlos si fuera necesario y a continuación descargarlos en la actividad apropiada*, que es en realidad lo que al cuerpo le apetece hacer: llorar, reír, gritar, golpear, temblar, dar saltos de alegría, hacer el amor. Limitarse a intentar relajar dichas tensiones —procurar «alejarlas»— significa que *uno* no se responsabiliza de las mismas, ni se identifica con ellas. Y esto es siempre un grave error. De modo que, una vez más, debemos comprender que nos estamos pellizcando a nosotros mismos —en esta ocasión no sólo mental sino *físicamente*—, y al darnos cuenta de ello dejaremos *espontáneamente* de hacerlo. Recordemos que el objetivo es ampliar la identidad y la responsabilidad a todas las actividades orgánicas.

Como simple orientación de lo que se puede descubrir en un cuerpo bloqueado, así como en uno que fluya libremente, he incluido dos diagramas esquemáticos, adaptados de *Depression and the Body*, de Alexander Lowen. Cabe interpretarlos como mapas del nivel existencial, dibujados por un diestro explorador. La figura 14 muestra «los tipos de sensaciones que uno experimenta en diversos segmentos del cuerpo cuando el flujo de la excitación... es pleno y libre». La figura 15 representa «las sensaciones que emergen cuando el flujo está bloqueado por una tensión muscular crónica. No sólo se interrumpe el flujo, sino que en cada segmento se crea un estancamiento de la excitación que produce sensaciones antagónicas...».

En conjunto, por consiguiente, este descenso al nivel existencial supone aceptar como uno mismo, no sólo lo que uno hace a propósito y deliberadamente (ego), sino también todo aquello que «el propio» organismo hace de un modo espontáneo y ajeno a «nuestro» control. Uno acaba por sentir, por ejemplo, no que «tiene jaqueca» sino que «está lastimando su propia cabeza»; no que «mi corazón hace circular la sangre» sino que «yo hago circular la sangre con "mi" corazón». En definitiva, uno acaba sintiendo, no que existe *en* su cuerpo, sino *como* su cuerpo. Se trata una vez más de *enfrentar y conjugar sus propios opuestos*, pero a un nivel continuo y mucho más profundo que el de la persona puramente mental.

Ha de ser evidente a estas alturas que el existencialismo noético y el existencialismo somático pueden (y por nuestra parte agregaríamos que deben) utilizarse de un modo complementario, ya que lo que ambos se proponen es autentificar el centauro, el organismo psicofísico total, y ampliar la responsabilidad «*a todas las actividades orgánicas*». Sin embargo, en la práctica, esto sólo ha ocurrido en raras ocasiones. Muchos existencialistas noéticos, a pesar de sus buenas intenciones y de su, por otra parte, planteamiento directo del conjunto del ser humano, suelen no obstante seguir limitándose a la visión psicoterapéutica y coincidir, por consiguiente, con la sospecha popular de que «unos simples ejercicios corporales» o de

**FLUJO ININTERRUMPIDO DE SENSACIÓN EXISTENCIAL**

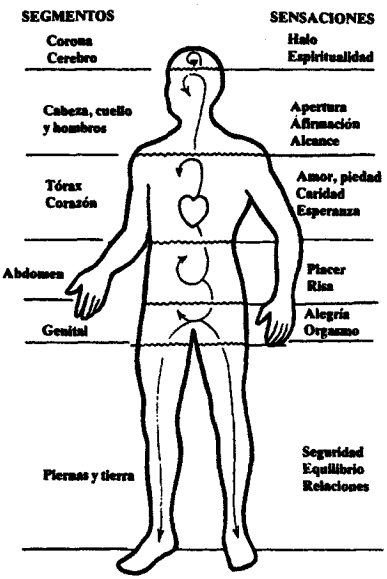



**Figura 14**

(Ilustración adaptada del doctor Alexander Lowen, *Depression and The Body*, Coward, McCann & Geoghegan, Inc., 1972, NY.)

**TRASTORNOS SENSORIALES PRODUCIDOS POR TENSIONES MUSCULARES CRÓNICAS**

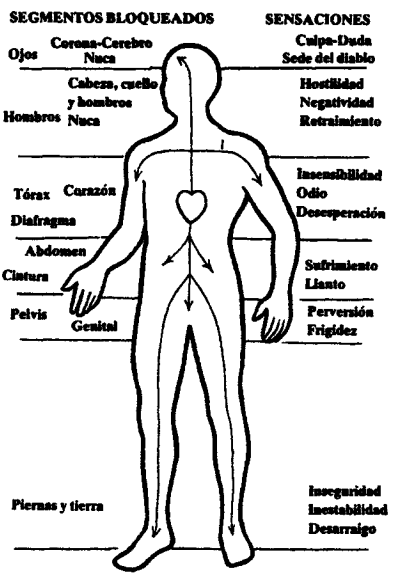



**Figura 15**

(Adaptado de una ilustración en *Depression and The Body*, doctor Alexander Lowen; Coward, McCann & Geoghegan, Inc., 1972.)

concienciamiento son relativamente inútiles. No suelen ser conscientes del extraordinario poder del yoga, del Rolfing o del concienciamiento sensorial, para centrar a un individuo en su organismo. Además, algunos «problemas mentales» están tan profunda y crónicamente anclados en la musculatura del cuer-

po que sólo cabe acercarse a ellos mediante técnicas corporales; de lo contrario, el paciente puede tumbarse en el sofá y hablar durante quince años sin ninguna mejoría apreciable. Por otra parte, algunos existencialistas somáticos cometen el error opuesto y tienden a calificar todo enfoque noético de palabrería inútil, deslizándose fácilmente a esa plaga del existencialismo puramente somático, es decir: la calistenia. Ya que la calistenia no es un verdadero existencialismo somático, porque su objetivo no es el de disolver el dualismo terciario sino el de reforzarlo, perpetuando la ilusión de que la «mente» dirige, controla y ejercita independientemente el «cuerpo». No aspira a que el hombre se manifieste como centauro, sino a afianzarlo en su viejo prejuicio de jinete (ego) enteramente desvinculado de su caballo (cuerpo), el ángel implantado por Dios en un cuerpo perecedero, el espíritu en la máquina.

Sin embargo, los verdaderos existencialistas noéticos y somáticos, aunque no practiquen ambos enfoques, reconocen por lo menos que son complementarios. En este sentido, hay indicios alentadores de que empieza a disolverse el ligero desprecio que los enfoques noéticos y somáticos se inspiraban entre sí. Dicho desdén es quizá comprensible, dado el fracaso de Wilhelm Reich y su terapia *orgónica*, que constituyó el primer intento dramático de unificar el «discurso» psicoanalítico con maniobras corporales. En la actualidad se ha renovado el interés por Reich, a mi entender no por sus teorías psicoanalíticas, algunas de las cuales eran verdaderamente peculiares, sino porque por lo menos supo darse cuenta del carácter complementario de los enfoques somático y noético.

Algunos analistas existenciales han tomado el hilo donde lo abandonó Reich y se vislumbra en ellos la emergencia de un verdadero *anfiexistencialismo*, es decir, una auténtica unión de los enfoques noético y somático del nivel existencial. Los existencialistas se encuentran en una situación teórica perfecta para ello, ya que uno de los conceptos fundamentales del existencialismo noético es el de las tres dimensiones de la realidad personal, es decir, el *Umwelt* o mundo biológico, cuerpo incluido, el *Mitwelt* o mundo social, y el *Eigenwelt* o mundo de

los procesos psíquicos y egoicos. Por consiguiente, un existencialismo auténticamente amplio no sólo incluirá el mundo social del individuo y el mundo de sus procesos egoicos —los dos mundos en los que hacen hincapié la mayoría de los existencialistas noéticos— sino también el *Umwelt*, su propio cuerpo. En este sentido, el análisis bioenergético de Alexander Lowen constituye un ejemplo perfecto de anfiexistencialismo, con su utilización del enfoque noético para ocuparse del *Mitwelt* y del *Eigenwelt*, combinado con poderosos ejercicios y análisis encaminados a la exploración del *Umwelt*, que supone acercarse al nivel existencial desde «ambos extremos».

Volviendo ahora a los aspectos más puramente filosóficos del existencialismo noético —lo que en realidad se denomina «filosofía existencial»—, nos encontramos con un conglomerado bastante abrumador de vocabulario técnico, definiciones e ideas. El existencialismo hace hincapié en el individuo, especialmente en su experiencia «subjetiva» de la verdad existencial, y alega que toda afirmación o generalización objetiva es errónea. Por ello cada existencialista utiliza su propia terminología, su propia metodología y llega a sus propias conclusiones, ninguna de las cuales coincide claramente con las de otro existencialista. Y a pesar de que los existencialistas suelen afirmar que están de acuerdo entre sí, nadie comprende claramente en qué coinciden. No obstante, ciertos temas emergen repetidamente en el existencialismo y sus debates se simplifican enormemente si recordamos que este movimiento está anclado en el nivel existencial, nivel marcado por dos dualismos principales: yo contra otro y ser contra nulidad. El existencialismo noético consiste, por tanto, en *una actitud de enfrentamiento y operación cara a cara con estos dos dualismos principales*. No elimina por completo dichos dualismos, pero, después de su aparición, se ocupa de los mismos del modo más concienzudo posible.

El hecho de que el existencialismo se base en los dualismos primario y secundario —por lo menos tal como lo refleja la psicología existencial— se desprende claramente de sus dos intereses principales, el de estar en el mundo y el de ser con-

tra la nada. El de estar en el mundo se refiere a un auténtico encuentro entre el ser total del individuo y su medio ambiente, es decir, *un encuentro entre ambos lados del dualismo primario*, el organismo y su medio ambiente. Asimismo, el ser contra la nada hace referencia al encuentro de ambos lados del dualismo secundario y en particular a la posibilidad de que en ese encuentro la existencia del individuo, su ser, pueda sucumbir bajo el peso negativo de dicho dualismo, dominado por sensaciones de vacío, nulidad y «enfermedad con tendencia a la muerte». Sin embargo, el problema de la verdad absoluta del existencialismo radica en que dichos opuestos no se *encuentran* entre sí, *son* uno mismo.

Qué duda cabe de que mucha gente cree experimentar el choque de dichos opuestos, la «crisis dialéctica», pero esto no justifica en absoluto que se confunda con la realidad. Son un fenómeno del nivel existencial y es preciso tratarlos en dicho contexto. Los existencialistas han fijado su atención en este nivel del espectro y perciben con suma claridad la naturaleza de los dos dualismos básicos que constituyen dicho nivel: el «choque» entre yo y otro («el infierno son los demás») y entre el ser y la nulidad («enfermedad con tendencia a la muerte»), además de los «escalofríos» que dicho choque, dicha polémica, parece involucrar. Pero dicha polémica sólo es fuente de angustia mientras el individuo crea realmente en su existencia. De modo que los existencialistas perciben claramente la polémica, pero les ha pasado inadvertido su carácter ilusorio.[11]

No obstante, los existencialistas han recorrido un largo camino para «reunir» estos opuestos aparentemente desvinculados entre sí. Sin llegar a reconocer que mi ser *es* el mundo, los existencialistas han comprendido que mi ser siempre es estar en el mundo. Aunque no hayan llegado a asimilar la no dualidad absoluta de la vida y la muerte, por lo menos subrayan que la muerte completa y otorga autenticidad a la vida.

Sin embargo, también cabe afirmar que las limitaciones del existencialismo, desde otro punto de vista, constituyen precisamente su fuerza, ya que la psicología existencial con-

temporánea, especialmente como lo han puesto de manifiesto Rollo May, Maslow en su primera época (antes de interesarte por la gama transpersonal), Rogers, Lowen, Perls, Boss, Binswanger y muchos otros, es la única forma cabal de enfocar la vida en el nivel existencial. En dicho nivel, los dualismos primario y secundario parecen desgarrar y violar la propia textura de la realidad, y tenemos la impresión de estar a punto de sucumbir bajo el peso del lado oscuro de la existencia, de la amenaza de todo lo demás que constituye el mundo y la oscuridad asfixiante de nuestra posible aniquilación. Y es aquí precisamente donde la terapia existencialista tiene un enorme valor, ya que indica que, por lo menos en *este nivel*, sólo le encontraremos sentido a la vida enfrentándonos a esos dos dualismos principales con un acto de *voluntad* (lo cual no es sorprendente, puesto que la voluntad se genera en este nivel). Esto supone darse cuenta también de que *si no puedo elegir mi destino, puedo, no obstante, elegir mi actitud acerca del mismo*, y ahí radica precisamente mi libertad existencial. En efecto, elijo ser lo que soy: «Somos nuestras elecciones». Esto no «cambia necesariamente el destino, pero cambia enormemente a la persona».[12] Además, no cabe preguntarse cómo se consigue; uno se limita a hacerlo, ya que ésta es la libertad de la que gozamos: «Mi primer acto de libre albedrío consiste en creer en el libre albedrío».

Por consiguiente, el existencialismo se ocupa de estos dos dualismos principales familiarizándose con ellos, enfrentándose valerosamente a ellos a fuerza de voluntad, al elegir nuestra actitud frente al destino; y es ahí exactamente —como ya hemos sugerido— donde radica su valor y su mensaje para el hombre. Ya que en el contexto del espectro de la conciencia el existencialismo —mediante su enfrentamiento y aceptación de los dualismos primario y secundario— supone un intento de *impedir una mayor fragmentación ascendente hacia los niveles del ego y de la sombra*, fragmentación que, como hemos visto, se produce precisamente al negarse a hacer frente a dichos dualismos. En términos más decididamente analíticos, la represión psicológica (represiones terciaria y cuaternaria) se

produce a consecuencia de la compleja polémica entre la vida y la muerte, entre el ser y el no ser. En palabras de Rollo May:

> A este nivel, descubriremos que el simple mecanismo de la represión, del que hemos empezado alegremente a hablar, es infinitamente menos simple de lo que parece; que supone una compleja lucha... del *ser* del individuo contra la posibilidad de *no ser*...[13]

Al aceptar y ocuparse de la angustia, necesariamente generada por este dualismo secundario del ser contra el no ser, se evita impulsar esta angustia hacia los dualismos terciario y cuaternario. El existencialismo se ocupa de la angustia en cuanto ésta hace su aparición, gracias a lo cual el hombre permanece completo y «halla la valentía de ser». Por ejemplo, si acepto la inevitabilidad de mi propia aniquilación, nada me persuadirá de que me refugie en la falsa inmortalidad de las ideas, de que «invente un camino que sea producto exclusivo de las ideas». En resumen, habré descendido del nivel egoico al existencial.

Dicho esto, nos encontramos inmediatamente con otro movimiento importante cuyo campo ha sido el nivel existencial; nos referimos a la religión exotérica. Ya que tanto la religión como el existencialismo emanan directamente de la reacción del hombre ante los dualismos primario y secundario. Puede que ésta sea la razón por la que hay tantos existencialistas —Tillich, Jaspers, Marcel— que son existencialistas *teístas*. En todo caso, mientras el existencialismo trata el dualismo primario de yo contra otro *participando* con el otro, la religión exotérica lo trata *apaciguando* al otro, en este caso al gran otro (Dios). Y mientras el existencialismo trata el dualismo secundario de la vida contra la muerte *enfrentándose* a la muerte, la religión lo trata *negándola*. Independientemente de lo que uno pueda opinar sobre el mérito relativo de ambos enfoques, lo evidente es que tanto uno como otro intentan resolver estos dualismos principales.

Por consiguiente, el nivel existencial es también el nivel de la religión exotérica, del intento del hombre de establecer una

relación «a través» del dualismo primario con el omnipotente, omnisapiente y omnipresente gran otro (que es como suele presentarse la Mente cuando ha tenido lugar el dualismo primario). Ahora bien, el fenómeno en sí de la religión —como es bien sabido— es bastante complejo, pero si adoptamos la tesis propuesta por Schuon, Guénon y Coomaraswamy —a saber, la «unidad trascendente de las religiones»— y a continuación traducimos dicha tesis en términos del espectro de la conciencia, lograremos introducir una parquedad considerable en un complejo de otro modo muy desconcertante. Veamos, para empezar, el concepto fundamental de la unidad trascendente de las religiones en las siguientes palabras de Huston Smith, que comenta la obra de Schuon:

> *A priori* es evidente que todo se parece y al mismo tiempo se diferencia de todo lo demás: se parece por lo menos en cuanto a que existe, y se diferencia, puesto que de otro modo no habría multiplicidad para comparar. Asimismo, las religiones, si no tuvieran nada en común, no recibirían un nombre colectivo, y no se diferenciaran, no hablaríamos de las mismas en plural. Todo gira en torno al modo de llenar satisfactoriamente esta verdad vacía. ¿Dónde dibujamos la línea divisoria entre unidad y pluralidad, y cómo se relacionan ambos dominios entre sí?
>
> Schuon dibuja la línea entre lo esotérico y lo exotérico (véase la figura 16). La distinción fundamental no es entre religiones; no es, por así decirlo, una línea que reaparezca para dividir verticalmente las grandes manifestaciones históricas de la religión, entre hindúes, budistas, cristianos, musulmanes, etcétera. La línea divisoria es horizontal y aparece una sola vez, cortando las grandes religiones históricas. Por debajo de dicha línea se encuentra el esoterismo, por encima del exoterismo.[14]

Ahora bien, en términos del espectro de la conciencia, *esta línea divisoria entre el esoterismo y el exoterismo es el dualismo primario*. «Encima» del dualismo primario se encuentra el nivel existencial/biosocial y «debajo» el nivel de la Mente. Toda persona que experimente el nivel de la Mente y a continuación ascienda al nivel existencial/biosocial para hablar de ello, se verá obligada a vestir esa experiencia «religiosa» con

los únicos símbolos a su disposición, que son los que le facilita la gama biosocial. Por tanto, la diversidad exotérica de las religiones refleja la diversidad de las ideologías culturales, sus idiosincrasias y paradigmas; es decir, la diversidad de la gama biosocial. Así pues, Schroedinger, Jesucristo y Shankara —habiendo experimentado todos ellos la Mente— hablarían de ello en términos distintos, que no reflejan una diferencia en la Mente, sino en las elaboraciones simbólicas de la misma. Schroedinger utiliza la terminología de la teoría física, Jesucristo la de la teología hebrea, y Shankara la de la autología hindú; sin embargo, la realidad no deja de ser siempre la misma. De ahí que el nivel existencial sea el de las diversas religiones exotéricas, mientras que el nivel de la Mente es el de la «unidad trascendente» de la religión esotérica. Las religiones divergen en el nivel existencial y convergen en el nivel de la Mente.

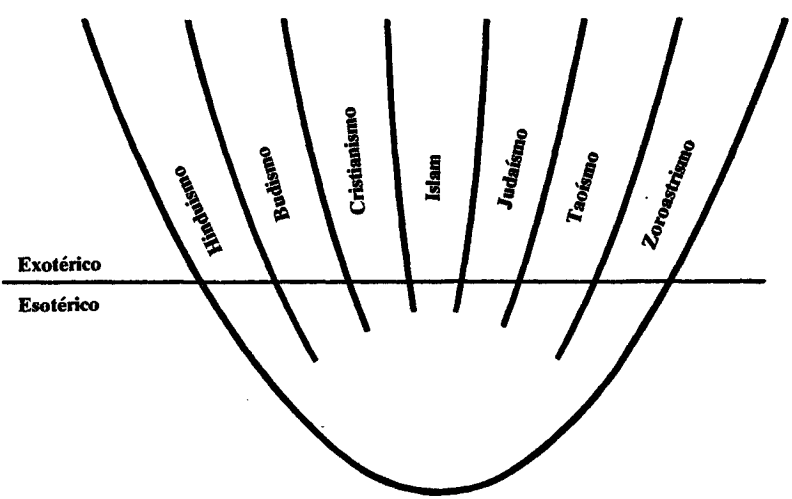



Figura 16

Muchos fundamentalistas cristianos se horrorizan cuando se menciona el hecho de que todas las religiones son idénticas en su esencia esotérica, puesto que esto indica que el cristianismo no es el ÚNICO CAMINO y, por consiguiente, se esfuma el combustible de su «furor proselitista», dejándoles —por así decirlo— sin pan pero con el cuchillo en la mano. La mayor traba de los fundamentalistas es su creencia en la veracidad histórica de Jesucristo, en su existencia como hecho histórico que confiere la salvación a todo aquel que crea en él. Pero colocar a Jesucristo en la historia equivale a encuadrarlo en el *pasado* y el pasado está completamente muerto. En tales circunstancias, el Espíritu Santo se convierte en un fantasma y para muchos en un duende. Jesucristo nunca fue, ni jamás será; nunca volverá porque jamás fue. Por el contrario, siempre *es*, más allá del tiempo y de la historia, eterno, ya que «antes de que Abraham *existiera*, *existo yo*».

> Y Dios le dijo a Moisés, YO SOY EL QUE SOY. Y agregó: «Así les dirás a los hijos de Israel que EL QUE SOY me ha enviado a vosotros». (Éxodo 3:14.)

Jesucristo, puesto que no existe en el tiempo, tampoco tiene lugar alguno en el espacio y por ello ninguna religión puede en modo alguno apropiárselo. De 1 Corintios (12:4-6):

> Ahora bien, hay variedades de dones, pero hay el mismo espíritu; y hay variedades de ministerios, y, sin embargo, hay el mismo Señor; y hay variedades de operaciones, y, sin embargo, es el mismo Dios quien ejecuta todas las operaciones en todos.

A lo que san Ambrosio comentó: «Esto es todo cierto, quienquiera que lo haya dicho, procede del Espíritu Santo».

Frithjof Schuon enfoca esta unidad trascendente de las religiones alegando que «la existencia está escalonada y, con ella, el entendimiento».[15] Éste es precisamente el quid del espectro de la conciencia, el hecho de que la existencia está escalonada en diversos niveles y que cada uno de dichos nive-

les tiene su modo peculiar de conocer, graduar, ensombrecer, que abarcan desde el concienciamiento puro y no dual de la Mente hasta la representación simbólica del ego. Por consiguiente, la unidad de las religiones puede enfocarse epistemológicamente, ya que con la emergencia del dualismo primario el modo no dual de conocer se divide y fractura, provocando la generación del modo de conocimiento dualista, cuyo contenido simbólico es suministrado por la gama biosocial. El modo esotérico no dual de conocer queda supeditado al modo simbólico exotérico. De modo que cuando Huston Smith comenta la obra de Schuon y dice que «la cuestión de la unidad y diversidad en las religiones se convierte en un tema de tipos psicológicos: el esotérico y el exotérico»,[16] nosotros lo traduciríamos simplemente como sigue: el tema de la unidad y la diversidad en las religiones se convierte en una cuestión de modo de conocer: el no dual y el simbolicocartográfico. (Véase ilustración en la figura 17.)

Así pues, el nivel existencial es el nivel exotérico; el nivel de muchos yos distintos que conocen simbólicamente a diferentes dioses, con el contenido de su conocimiento suministrado por las numerosas franjas biosociales; mientras que el nivel de la Mente es el nivel esotérico, el nivel de la cabeza divina universal, el concienciamiento no dual en el que muchos yos y muchos dioses se unen en la omnisapiencia atemporal de la realidad. Y la única línea divisoria es el dualismo primario.

Hasta aquí, en nuestro «descenso» por el espectro de la conciencia, hemos visto que las terapias dirigidas al nivel egoico tienen como objetivo común la curación de la fractura cuaternaria entre la persona y la sombra, para convertir la psique en un todo (nivel egoico). Al seguir profundizando, hemos podido comprobar que la meta de los diversos existencialismos es la curación de la división terciaria entre el conjunto de la psique y el cuerpo, para convertir el organismo en un todo (nivel existencial). A continuación veremos cómo el misticismo profundiza todavía más, para curar la división primaria entre el conjunto del organismo y el medio ambiente, con-

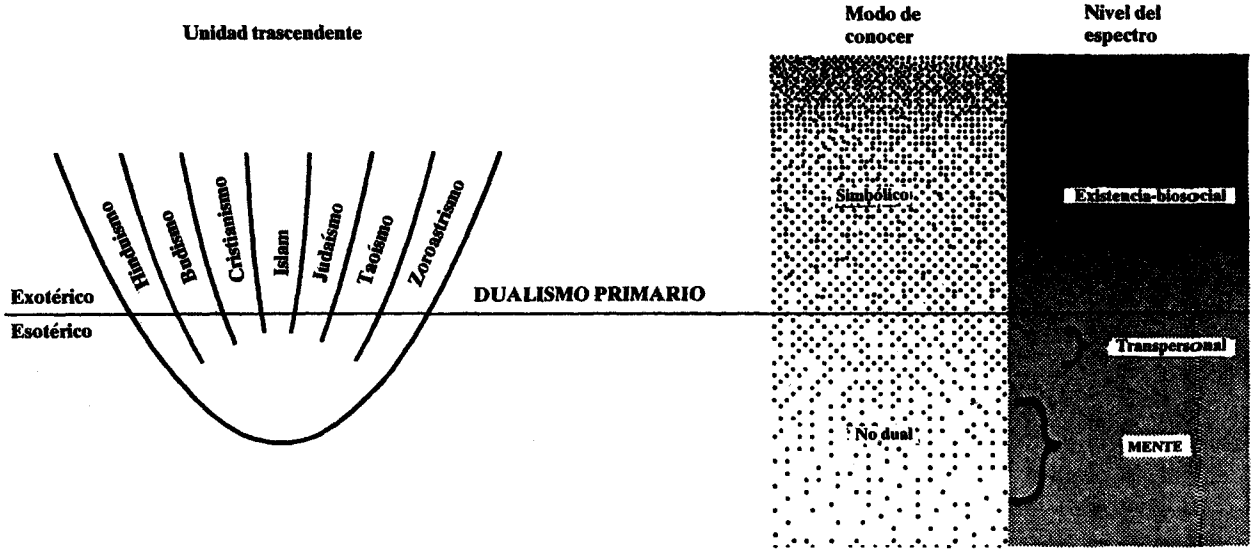

Unidad trascendente
Modo de conocer
Nivel del espectro
Hinduismo
Budismo
Cristianismo
Islam
Judaísmo
Taoísmo
Zoroastrismo
Exotérico
Esotérico
DUALISMO PRIMARIO
Simbólico
No dual
Existencia-biosocial
Transpersonal
MENTE

Figura 17

viertiendo el universo en un todo (nivel de la Mente). Una vez más, el caso es que uno puede utilizar estos enfoques en conjunto o por separado, descendiendo así por el espectro tanto o tan poco como desee y su capacidad se lo permita, sirviéndose de técnicas como las descritas para *alcanzar y luego enriquecer* el nivel deseado.[17]

A propósito, cabe mencionar como regla general, aunque no necesariamente indispensable, que es más fácil descender por el espectro después de «curar» o «nivelar» el nivel inmediatamente anterior, de modo que la curación del nivel egoico facilita el paso al nivel existencial y con la curación de éste resulta más sencillo alcanzar el de la Mente. En términos simples, la «curación» o «integración total» de un nivel determinado facilita la partida o trascendencia, ya que los problemas de dicho nivel no absorben ni acaparan entonces nuestras energías.

Si lo que se propone el *jivatman* es permanecer en el nivel existencial, puede entonces utilizar uno de los diversos existencialismos (somático, noético o «anfi») o teísmos (exotéricos) para enriquecer dicho nivel, así como las «terapias» del nivel egoico pueden utilizarse constantemente para enriquecer el potencial de dicho nivel vibratorio, después de haberlo alcanzado. Sin embargo, si lo que se propone el *jivatman* es ir más allá del nivel existencial, entonces debe comprender que dicho nivel representa la mayor «profundidad» a la que puede descender sin abdicar de lo familiar. Pero si está dispuesto a conocer a Dios en lugar de rendirle culto, de ser el mundo en lugar de relacionarse con él, de aceptar la muerte en lugar de temerla en el futuro, entonces está listo para emprender el *Nivritti Marga*, el camino de regreso, la religión de la eternidad, el descenso a la Mente.

# 10. UNA TIERRA DE NADIE

Entre el nivel existencial y el nivel de la Mente se encuentra la parte del espectro más misteriosa, inexplorada, mal comprendida, aterradora y, en general, más confusa: la gama transpersonal. Su experiencia puede ser «la noche oscura del alma» o la luz infinita de Amitabha; aquí uno puede tener visiones de bodhisattvas y ángeles, o ser acosado por las legiones de Mara, arquetipo del mal; uno puede descubrir a los guías internos, o caer en manos del terrible morador del umbral. La identidad del individuo puede abandonar el cuerpo o proyectarse en un viaje astral. Aquí es donde tienen lugar (si es que en realidad existen) los fenómenos paranormales como la percepción extrasensorial, la videncia y la psicofonía, y donde uno puede revivir «vidas pasadas» o proyectarse hacia sucesos futuros. Si jamás ha habido una tierra de nadie, ésta es la zona transpersonal.

Dicha zona no ha sido históricamente estudiada como otras por diversas razones, a saber: 1) aterrorizan a la mayoría de la gente; 2) la psiquiatría ortodoxa la considera sintomática de una psique muy trastornada; y 3) los grandes maestros la consideran *makyo*: ilusiones eminentemente falaces. En general, estamos de acuerdo con los grandes maestros. Esto no significa que la gama transpersonal sea totalmente despreciable como objeto de investigación, sino que —para los que pretenden alcanzar el nivel de la Mente— supone un conjunto de distracciones perniciosas, por las que es conveniente pasar con la mayor rapidez posible. No obstante, hablaremos brevemente de esta gama, sobre todo teniendo en cuenta el creciente interés que está despertando.

Un punto esencial que conviene recordar acerca de dicha gama es el hecho de que cuando un individuo rompe el dualis-

mo primario de un modo *incompleto* y entra, por consiguiente, en la gama transpersonal, suele «acarrear» consigo los mapas obtenidos en los niveles biosocial y egoico, que determinarán en gran parte su forma de ver dicho territorio. Pero lo que es todavía más importante es que mucha gente tiene mapas según los cuales dicha zona no existe, o como mínimo la califican de patológica, de modo que si ocasionalmente irrumpen en la misma temen inmediatamente por su cordura, actitud hiperreactiva que puede en realidad «fijarles» en ella durante un tiempo prolongado, lo cual, sin ser generalmente perjudicial, es siempre aterrador. Estamos convencidos de que dicha zona existe (aunque no necesariamente todos los fenómenos que se supone tienen lugar en ella) y de que no es intrínsecamente patológica, aunque muchas personas diagnosticadas como «enfermas mentales» puedan quedar extraviadas por carencia de orientación adecuada y reaccionar, por consiguiente, como cualquier angloparlante normal que se encuentre en Alemania sin ningún intérprete. Podemos tener la seguridad de que esta zona no representa la realidad absoluta, pero éste también es el caso de todos los niveles superiores a la misma. Los psiquiatras ortodoxos no descubren la locura en estos niveles, sino que la inventan con su propia definición, lo cual refleja el hecho increíble de que el nivel de la conciencia considerado aceptable por las convenciones sociales es una cuestión eminentemente política: la política de la conciencia.

Sin embargo, para ver el aspecto provechoso de la gama transpersonal, no tenemos más que observar las formas más puras del misticismo tibetano o, para los más afincados en tradiciones occidentales, la psicología analítica de Jung. Para tratar tanto un tema como otro se precisarían varios volúmenes, por lo que nuestros comentarios no pueden ser más que lamentablemente superficiales. Por otra parte, aunque en la gama transpersonal andamos todos hasta cierto punto a tientas, aventuraremos algunas hipótesis basadas en el trabajo de Jung y en ciertas tradiciones místicas orientales, particularmente el Tantra.

La idea de Jung del «inconsciente colectivo», aunque en cierto modo increíble, es, no obstante, bastante simple. Así como el cuerpo humano está universalmente dotado de diez dedos en las manos, un bazo, dos riñones, etcétera, Jung creía que la mente humana podía contener símbolos o «arquetipos» universales que, puesto que la totalidad de la especie los recibía por vía biológica, no podían ser sólo personales o individuales, sino que debían ser transpersonales o «colectivos». En palabras de Jung:

> La otra parte del inconsciente (además de la personal) es lo que denomino inconsciente impersonal o colectivo. Como su nombre indica, su contenido no es personal sino colectivo; es decir, que no pertenece a ningún individuo en particular sino a un conjunto de individuos y generalmente a toda una nación, o incluso a toda la humanidad. Este contenido no se adquiere durante la vida del individuo, sino que es producto de formas e instintos innatos. A pesar de que el niño no posee idea alguna al nacer, está dotado no obstante de un cerebro altamente desarrollado, que funciona de un modo bastante definido. Este cerebro, heredado de sus antepasados, es un depósito de la función psíquica del conjunto de la raza humana. Por consiguiente, el niño trae consigo un órgano listo para funcionar del mismo modo que ha funcionado a lo largo de la historia. En el cerebro se hallan los instintos formados con antelación, así como las imágenes primordiales, que siempre han constituido la base del pensamiento humano...[1]

En cuanto a estas imágenes primordiales, o arquetipos, Jung declara:

> Hay tantos arquetipos como situaciones típicas se dan en la vida. La repetición constante ha grabado estas experiencias en nuestra constitución psíquica, no en forma de imágenes llenas de contenido, sino al principio sólo como *formas sin contenido*, que representan la mera posibilidad de cierto tipo de percepción y acción. Cuando tiene lugar una situación que corresponde a un determinado arquetipo, dicho arquetipo se activa...[2]

Jung creía que la activación de un arquetipo sólo producía efectos patológicos si el individuo se negaba a cooperar en su

elaboración o amplificación, es decir, si no quería establecer una relación consciente con las imágenes y mitos a los que daba vida, en busca de un significado determinado para el individuo. Si, por otra parte, colaboraba en la elaboración del arquetipo, éste le aportaba una orientación poderosa, provechosa y significativa en la vida. De modo que para Jung los arquetipos eran una especie de «instinto mental» primitivo que, al igual que todos los demás «instintos» o necesidades, si se cuidaba conducía a la gratificación y se rehuía a las neurosis.

Ya hemos señalado la similitud de los arquetipos del inconsciente colectivo con los *vasanas*, *bija*, o forma germinal del *alaya-vijnana*. Por consiguiente, no es sorprendente que, así como la psicología de Jung no pretende que los arquetipos se analicen lógica ni intelectualmente, sino que se amplifiquen a través de sueños e imágenes mitológicas, ciertas formas de misticismo oriental aspiren a su vez a utilizar dichas formas primordiales para el crecimiento espiritual, amplificándolas con imágenes y mitos religiosos. El crecimiento espiritual resultante, el contacto con el nivel de la Mente, «no puede ser alcanzado», afirma el lama Govinda,

> mediante una acumulación de convicciones, ideales y objetivos basados en el raciocinio, sino sólo mediante una penetración consciente de aquellas capas de nuestra mente que no se pueden alcanzar ni afectar por argumentos lógicos ni el pensamiento discursivo.
>
> Tal penetración y transformación sólo es posible gracias al poder irresistible de la visión interna, cuyas imágenes o «arquetipos» primordiales constituyen los principios formativos de nuestra mente. Al igual que las semillas, se hunden en la tierra fértil de nuestro subconsciente, a fin de germinar, crecer y desarrollar su potencial.[3]

Tanto el análisis de Jung como las técnicas tibetanas de visualización utilizan estas formas primordiales en pro de un crecimiento provechoso, procurando elaborarlas en lugar de rehuirlas. En el sistema de Jung, esto se consigue mediante sueños o imágenes clave que reflejan motivos mitológicos universales y que le permiten a uno establecer una relación consciente con los arquetipos que moldean toda actividad huma-

na, en lugar de ser su instrumento involuntario. El budismo tibetano utiliza también imágenes clave, como los *Dhyani* o budas de visualización, para llegar a ser

> conscientes del mundo y de las fuerzas que lo crean, (a fin de) convertirnos en sus amos. Mientras dichas fuerzas permanecen latentes y ajenas a nuestra percepción, no tenemos acceso a ellas. Por ello es necesario proyectarlas en el reino de lo visible en forma de imágenes. Los símbolos utilizados con dicho propósito actúan como catalizadores químicos, a través de los cuales un líquido se convierte de pronto en cristales sólidos, revelando así su verdadera estructura y naturaleza.[4]

Cualquiera que haya practicado estos u otros ejercicios similares de «elaboración arquetípica» confirmará que parecen conectar con una fuente de enorme fuerza y energía, que influye profundamente en la sensación básica de existencia del individuo. Así lo afirma P. W. Martin, hablando del «descubrimiento» de Jung de dicho proceso:

> En resumen, (Jung descubrió que) el inconsciente producía hoy, en el consultorio del psicólogo, símbolos que —en otra época y lugar remotos— habían aportado nueva energía y nuevas introspecciones; y los europeos y norteamericanos modernos a través de los cuales operaba dicha actividad experimentaban a su vez una *renovación dinámica de la vida*.[5]

Estos ejercicios, a pesar de diferencias considerables en su contenido, comparten, no obstante, diversas características formales, ya que todos aspiran a elaborar y amplificar dichas «semillas» primitivas, para acto seguido integrarlas conscientemente. Por ejemplo, las técnicas de visualización tibetanas constan de dos fases principales: la primera es la de la elaboración o creación de la imagen mitológica (*sristikrama*); y la segunda la de la disolución o integración (*layakrama*) de dichas imágenes «en la corriente normal de la vida y la conciencia».[6] *Este doble proceso de contacto consciente, seguido de reintegración, refleja con exactitud el mismo principio utiliza-*

*do «terapéuticamente» en cada uno de los niveles que hemos examinado*, desde el contacto e integración de la sombra, hasta el contacto e integración del cuerpo. Por tanto, estos ejercicios conducen en la gama transpersonal a una «renovación dinámica de la vida», así como otros ejercicios semejantes basados en el mismo principio han producido una «renovación dinámica de la vida» análoga en los niveles egoico y existencial.

Pero ¿qué más puede decirse de esta «renovación dinámica de la vida» que emerge de la propia gama transpersonal? En primer lugar, oigamos una vez más a Jung refiriéndose a los arquetipos:

> ¿Entendemos alguna vez lo que pensamos? Sólo entendemos el pensamiento que se reduce a una mera ecuación y del que no emerge nada que no hayamos introducido en el mismo. Éste es el estilo del intelecto. Pero más allá existe un pensamiento en imágenes primordiales, en símbolos más antiguos que el hombre histórico, grabados en él desde los tiempos más remotos y que viven eternamente, con una duración superior a la de todas las generaciones, configurando todavía la estructura básica de la psique humana. Sólo se puede vivir plenamente la vida cuando se armoniza con dichos símbolos; la sabiduría consiste en regresar a ellos. No es cuestión de creencia ni de conocimiento, sino de que nuestro pensamiento coincida con las imágenes primordiales del inconsciente.[7]

Y, así, Jung solía preguntar: «De acuerdo con qué mito vives? Ya que las imágenes mitológicas emergen del inconsciente colectivo, la transconciencia, y, por consiguiente, entre otras cosas, no están contaminadas ni pervertidas por meras convenciones, lenguajes ni lógicas sociales, ni por las ilusiones de ningún culto ni individuo determinado. Además, el lenguaje mitológico es asociativo e integrador, en lugar de disociativo y analítico como el pensamiento común, por lo que refleja con mayor claridad y veracidad la auténtica realidad física del manto sin costuras del universo, de la interdependencia e interpenetración mutua de todas las cosas y sucesos. Recordemos que el mito encierra el enfoque más cercano a la verdad absoluta que puedan expresar las palabras. Por ello le

permite al individuo vislumbrar su propia universalidad, señalando el camino de su unidad fundamentalmente gozosa con el conjunto de la creación, unidad que le arrebata de la mezquindad de sus quehaceres cotidianos para sumergirle en el mundo vasto y mágico de lo transpersonal.

El mito —que Jung consideró como encarnación directa de los arquetipos— es integrador y pautado, holístico y trascendente, una representación más fidedigna de la realidad que la que pueda ofrecernos cualquier otro sistema simbólico. Aunque no *elimine* en sí todos los dualismos, lo que hace es *suspenderlos*, y ahí radica el increíble poder renovador de la vida y la fascinación eterna de la verdadera mitología. Recordemos que los hindúes denominan a dicha gama transpersonal «ananda-maya-kosa», nivel de la pura bienaventuranza, debido precisamente a que la guerra entre opuestos queda temporalmente suspendida.

Ahora bien, estos arquetipos mitológicos, bijas, o vasanas, ejercen un profundo efecto en todos los niveles del espectro «por encima» de la gama transpersonal. Esto es, evidentemente, un fenómeno general que se detecta a lo largo del espectro: las vicisitudes de *cualquier* nivel surten un efecto dramático en todos los demás niveles. Sin embargo, queremos subrayar una vez más que la gama transpersonal puede experimentarse *directamente*. Esto no es sólo cierto en los casos más evidentes de experiencias extracorporales, viajes astrales, fenómenos psicofónicos, etcétera, sino también en el de los propios arquetipos, que constituyen un aspecto de la gama transpersonal. El propio Carl Jung supo darse cuenta de ello, ya que afirmó que «los místicos son personas con una experiencia particularmente viva del proceso del inconsciente colectivo. La experiencia mística es *experiencia de los arquetipos*».[8]

Entre paréntesis, debemos corregir la afirmación de Jung, aclarando que ciertos estados místicos «inferiores» son una experiencia directa de los arquetipos. El «verdadero» misticismo va incluso más allá de los arquetipos o vasanas; corresponde al nivel de la Mente, en el que todas las vasanas son «destruidas». Asimismo, el hinduismo diferencia entre savi-

kalpa samadhi y nirvikalpa samadhi. Savikalpa samadhi es la experiencia generalmente feliz del ananda-maya-kosa, el inconsciente colectivo. Es en este nivel donde uno llega a comprender a Brahma saguna, que no es más que la imagen arquetípica o mitológica de Brahma nirguna, Dios propiamente dicho. Suele tratarse de una experiencia extática debido a que todos los dualismos (a excepción del primario) quedan suspendidos cuando el yo contempla la realidad. Pero el nirvikalpa samadhi está incluso más allá; consiste en la experiencia directa «del» nivel de la Mente, del propio Brahma nirguna. ¡El individuo ha dejado de contemplar la realidad para convertirse en la misma! Todas las dualidades e imágenes desaparecen por completo. Por consiguiente, el primer estado es la imagen más auténtica de la realidad, mientras que el segundo es la realidad propiamente dicha. Ésta es esencialmente la principal diferencia entre los estados místicos «inferiores», característicos de la gama transpersonal, y el estado místico «verdadero» que es la Mente. Pero lo que deseamos destacar particularmente es que, en ciertos casos, pueden experimentarse directamente los arquetipos propiamente dichos.

En el contexto del espectro de la conciencia, ¿cómo debemos considerar las bijas, vasanas, o arquetipos propiamente dichos? En primer lugar, veamos la siguiente declaración del propio Jung:

> Una y otra vez me encuentro con la idea errónea de que un arquetipo se determina de acuerdo con su contenido o, dicho de otro modo, que es una especie de idea inconsciente (si tal expresión es admisible). Es preciso señalar una vez más que los arquetipos no se determinan en cuanto a su contenido, sino tan sólo en cuanto a su forma, e incluso entonces en un sentido exclusivamente limitado. Una idea primordial se determina en cuanto a su contenido sólo cuando se ha convertido en consciente y por consiguiente se ha llenado con el material de la atención consciente.[9]

Por consiguiente, en el espectro de la conciencia, los arquetipos, como formas primordiales desprovistas de contenido, *representan el primer punto en el que –durante su movili-*

*zación o «crecimiento»— nuestra energía pura y disforme comienza a adoptar una forma animada.* Más adelante dicha forma se consolidará y adquirirá *contenido* en el nivel existencial/biosocial en forma de imágenes, ideas y mapas en general. Son, por consiguiente, la fuente primordial, aunque potencial, de dualismos que reactivamos y cristalizamos en cada momento de nuestra vida, especialmente como dualismo primario. De ahí que en la psicología budista dichos arquetipos representen el potencial germinal que manifiesta el universo fenoménico mediante la *objetivación* de la Mente.

En resumen, los arquetipos, bijas, o vasanas constituyen el primer punto en el que nuestra conciencia organísmica disforme o sin costuras comienza a adquirir y a dar vida a una forma. Así pues, los dualismos —y en especial cierta forma de dualismo primario—, aunque más o menos suspendidos o armonizados, están presentes en forma potencial. Dichos arquetipos son por tanto simultáneamente los indicadores más profundos de la conciencia organísmica *y* los primeros corruptores de la misma. Su señalización es inequívoca, pero una vez vistos y comprendidos es preciso no aferrarse a ellos. Ésta es la razón por la que, a pesar de ser útiles e incluso indispensables, hay que acabar por superarlos, abrasarlos, en cierto sentido, destruirlos. Savikalpa samadhi debe dar lugar a nirvikalpa samadhi, la experiencia mitológica al concienciamiento directo desprovisto de imágenes, la duración indefinida del tiempo mitológico a la instantaneidad del presente eterno, ver a Dios a ser la cabeza divina. De ahí que «el practicante del yoga se esfuerce por... "quemar" los *vasanas*».[10] Resumiendo, los arquetipos son los señalizadores definitivos, además de la última barrera.

Sin embargo, en el aspecto más fructífero y positivo, veamos lo que sucede cuando una persona comienza a establecer contacto consciente con la enorme reserva de experiencia arquetípica acumulada en la misma base de la propia conciencia. Debido a que dichos símbolos son colectivos o transpersonales, entrar en contacto con el arquetipo equivale a comenzar a trascender, a descubrir en lo más profundo de uno

mismo una intimación y flecha que señala al más allá. Por tanto, cabe afirmar que, desde otro ángulo, la gama transpersonal representa un punto en el que el individuo *empieza* a tocar la Mente. Todavía no se da directamente cuenta de que él mismo es Mente, pero a través de la introspección y de la experiencia llega a comprender que dentro de sí hay algo que va más allá de sí mismo. Por consiguiente, no es difícil comprender el inmenso poder terapéutico de las auténticas terapias de la gama transpersonal. Como hemos dicho antes, una característica general de la gama transpersonal consiste en la suspensión temporal de todos los dualismos (a excepción de cierta forma del dualismo primario). Esto incluye necesariamente los dualismos de persona contra sombra y el de psique contra soma. Al eliminar dichos dualismos, se elimina simultáneamente el apoyo de las neurosis individuales, tanto egoicas como existenciales. ¿No es ésta la razón por la que la práctica habitual de alguna forma de meditación transpersonal puede ser de un gran valor terapéutico para los trastornos emotivos individuales?

Para repetirlo desde un ángulo ligeramente distinto, cuando la persona reconoce en su propia identidad una profundidad que va más allá de su ser individual e independiente, le resulta más fácil ir también más allá de sus neurosis individuales e independientes. Por ejemplo, al reflexionar sobre la propia vida *a través de los ojos de los arquetipos* e imágenes mitológicas comunes a la humanidad, el concienciamiento del individuo comienza a desplazarse necesariamente a una perspectiva universal: un punto de vista trascendente, despersonalizado, transpersonal. Cuando dicho proceso se acelera, el individuo deja de estar *exclusivamente* identificado con su sentido de autoindependencia y, por consiguiente, de estar únicamente vinculado a sus problemas puramente personales. En cierto sentido puede comenzar a desprenderse de sus temores y angustias, depresiones y obsesiones, y empezar a considerarlas con la misma claridad e imparcialidad con que uno puede observar las nubes flotando en el firmamento o el agua que circula por un riachuelo. La terapia de la gama trans-

personal descubre —probablemente por primera vez—, una *trans*posición desde la que puede *observar* ampliamente sus complejos emocionales y creencias individuales. Pero el hecho de poder *observarlos* ampliamente significa que ha dejado de utilizarlos como algo *a través de lo que se observa* y, por consiguiente, distorsiona la realidad. El hecho de poder observarlos significa que ha dejado de estar exclusivamente identificado con ellos. Su identidad comienza a estar en contacto con lo que está más allá. En palabras de Joseph Campbell, «el individuo trastornado puede aprender a verse a sí mismo despersonalizado en el espejo del espíritu humano y descubrir por analogía el camino de una mayor gratificación personal».[11]

Pero esto nos lleva directamente a otro aspecto de la gama transpersonal, ya que, como sugiere lo que acabamos de decir, esta gama se experimenta a veces como *testigo supraindividual*; es decir, el que es capaz de observar el flujo de lo que existe, sin entrometerse, comentarlo, ni manipularlo en modo alguno. El testigo se limita a observar la corriente de los sucesos, tanto dentro como fuera del mente/cuerpo, de un modo creativamente desvinculado, ya que en realidad el testigo no se identifica exclusivamente con lo uno ni con lo otro. En otras palabras, *cuando el individuo se da cuenta de que su mente y su cuerpo pueden ser percibidos objetivamente, comprende espontáneamente que no pueden constituir un yo subjetivo real.* En palabras de Huang Po, «permitidme que os lo recuerde, lo percibido no puede percibir». Esta situación del testigo, que también podríamos denominar estado de testimonio, es la base de todo principio de práctica budista («plenitud mental»), de la psicosíntesis («la desidentificación y el yo transpersonal») y del yoga jnana hindú («neti, neti»). Además, se parece muchísimo a lo que Maslow denominó «experiencias llanas», que «representan un testimonio de la realidad. Incluye una visión de lo simbólico o mítico, poético, trascendente, milagroso... Es el hecho de trascender el espacio y el tiempo lo que se convierte en relativamente normal, por así decirlo».[12] Es precisamente a través de este tipo de experiencias como uno se inicia plenamente en el mundo de las metamotivaciones, valores B,

valores trascendentes, y concienciamiento mitológico suprain-dividual; resumiendo, la dimensión espiritual de la gama trans-personal.

Pero me gustaría refrescar la memoria del lector respecto a la diferencia entre los que —por falta de mejores términos— denomino misticismo «inferior» y misticismo «verdadero», ya que es la misma diferencia que existe entre el testigo transpersonal y el nivel de la Mente. El testigo transpersonal es una «situación» desde la que se observa la realidad. Sin embargo, es inmediatamente evidente que este estado de testimonio transpersonal contiene todavía una forma sutil del dualismo primario, es decir, el de observador frente a observado. Sólo cuando este último vestigio de dualismo acaba por desintegrarse completamente despierta uno a la Mente, ya que en aquel momento (que es *este* momento) el observador y lo observado son una y la misma cosa.

Sin embargo, no por ello pretendemos denigrar en modo alguno la situación del yo o testigo transpersonal, ya que —como hemos visto— puede tener un gran valor terapéutico en sí mismo y además, por caminos que exploraremos en el último capítulo, puede actuar con frecuencia como trampolín para alcanzar el nivel de la Mente. No obstante, no debe confundirse con la Mente propiamente dicha. Ésta es la razón por la que, en el Zen, al alumno que permanece en el pacífico estado de bienaventuranza del yo transpersonal se le denomina «hereje del gran vacío» y los budistas tibetanos lo califican de «atascado en el kun-gzhi». En términos mahayanas, lo denominado *alaya-vijnana* debe ser destruido y superado, porque contiene las sutiles formas dualistas de las *vasanas*, que dan pie al dualismo sujeto/objeto del observador frente a lo observado.

Ésta es, pues, la diferencia principal entre los estados místicos inferiores del yo transpersonal y el verdadero misticismo que es la Mente. En los primeros, el individuo puede presenciar la realidad; en el segundo, es la realidad. Mientras uno conserva invariablemente cierta forma sutil del dualismo primario, el otro no lo hace. Es a la disolución final de toda forma de dualismo primario a lo que el Zen se refiere con la frase

«se rompe el culo del cubo», ya que desaparece el fondo del concienciamiento del individuo; es decir, queda desprovisto de toda sensación de subjetivismo interno enfrentado a un mundo de objetividad externa. Ambos mundos se funden radicalmente en uno solo o, mejor dicho, se comprende que nunca han estado separados. El individuo desciende hasta lo más hondo de su ser en busca de quién o qué es sujeto de la observación y *finalmente* descubre —en lugar del yo transpersonal— que no es sino lo que está siendo observado, que Blyth denomina «la experiencia por el universo del universo». Se ha roto el culo del cubo.

El Vedanta está perfectamente de acuerdo. A pesar de que hable metafóricamente de Atman-Brahma como observador, conocedor o testigo, utiliza una connotación muy especial para distinguir al observador del yo transpersonal, la de que el observador es uno con *todos* los mundos observados. En palabras de sir Ramana Maharashi, «la idea de que el observador es diferente de lo observado mora en la mente. Para quienes llegan a morar en el corazón, el observador es lo mismo que lo observado».

Para concluir esta sección, hablaremos brevemente de los denominados fenómenos paranormales: percepción extrasensorial, videncia, visiones de otros mundos, viajes astrales, etcétera. Su característica común, así como la de todos los fenómenos de la gama transpersonal, es la desintegración incompleta o suspensión del dualismo primario, de modo que aunque el yo se experimente como más o menos independiente del mundo, ha cambiado no obstante enormemente sus fronteras (representando el punto donde el dualismo primario «se desintegra»). Parece haber un interés rápidamente creciente por la parapsicología, en especial entre la comunidad científica, que se concentra en dichos fenómenos primordialmente porque pueden ser «apaleados»; es decir, sometidos a los criterios ortodoxos de objetividad, medida y verificación. En el estudio de la percepción extrasensorial, por ejemplo, es bastante simple establecer controles de laboratorio, recoger datos, evaluarlos estadísticamente y, por regla general, llegar

a la conclusión de que la percepción extrasensorial realmente existe. No existe razón intrínseca alguna para que dichos experimentos se realicen o dejen de realizarse, pero debemos subrayar enfáticamente que dichas áreas no tiene absolutamente nada que ver con el nivel de la Mente, o con el misticismo puro propiamente dicho. Lamentablemente, muchos científicos confunden esta distinción y tienen la sensación de que, habiendo «demostrado» la existencias de la percepción extrasensorial, la psicocinesis, o algo por el estilo, han demostrado la existencia del nivel de la Mente y documentan sus hallazgos experimentales con comentarios de Eckhart, Rumi, Chuang Tzu o Shankara. A pesar de sus indudablemente buenas intenciones, en realidad esto no es más que un sofisticado engaño. El nivel de la Mente *no puede ser externamente demostrado*, por la simple razón de que no existe lugar alguno en el universo externo a la Mente desde donde verificarla, objetivizarla o medirla. Uno no puede asimilarlo, porque se halla en la propia asimilación. Para la verificación científica es imprescindible el dualismo primario entre el verificador y lo verificado, y dicha distinción es ajena a la Mente. La Mente puede ser «demostrada» experimentalmente por cualquier persona que consienta en seguir el «camino», pero dicha «prueba» no es externa. En el mejor de los casos, los científicos en cuestión trabajan en la gama transpersonal, donde demuestran que el dualismo primario puede ser parcialmente destruido.

Pero su ahínco es tal vez comprensible, ya que la ciencia es un instrumento tan poderoso en los niveles superiores del espectro que es natural que intenten ampliarlo a los inferiores, y sin duda esto es perfectamente legítimo en algunos niveles de la gama transpersonal. Pero para alcanzar el nivel de la Mente, uno debe finalmente dejar de estudiar los hechos para convertirse, en su lugar, en los mismos. La luz de la ciencia no surte aquí efecto alguno. Esto es como la antiquísima historia del borracho que perdió su llave y se dedicó a buscarla junto a la farola, no porque fuera allí donde la había perdido, sino porque era donde había luz.

Finalmente, recordemos las palabras de los grandes maes-

tros, que siempre han afirmado que los sabios rehúyen los poderes paranormales, o *siddhi*, ya que tras el uso deliberado de todo fenómeno paranormal se oculta el anhelo de poder del asustado ego, que aspira en todo momento a ampliar su capacidad de manipular y controlar el medio ambiente. Pero cuando se llega a ser uno con el medio ambiente, ¿qué sentido puede tener manipularlo? El anhelo de desarrollar la «psicotecnología» no se diferencia en el fondo del anhelo de desarrollar la tecnología típica y, viendo las atrocidades cometidas por el ego en el medio ambiente con la tecnología convencional, no es difícil adivinar el ingenioso uso que haría de la psicotecnología. Esto nos conduce a la ineludible conclusión de que sólo el sabio está cualificado para el uso de *siddhi*, pero él precisamente se niega a hacerlo. No obstante, hoy podemos ver a infinidad de imbéciles que corren por donde los ángeles no se atreven a caminar. Una cosa es la exploración científica de *siddhi* y otra muy distinta cultivarlo personalmente. Uno puede obtener abundantes beneficios personales de la gama transpersonal, ajustándose al análisis junguiano mediante la amplificación de sueños, utilizando las técnicas de visualización tibetanas o del hinduismo Tantra y las técnicas de meditación *bijamantra*, como la meditación trascendental, la psicosíntesis, el diálogo Progoff u otros ejercicios similares.

Con estos últimos comentarios sobre la gama transpersonal damos por concluido nuestro análisis de las «terapias» dirigidas a los diversos niveles. Aprovecharemos la oportunidad para hacer algunos comentarios generales sobre los niveles del espectro, así como los diversos grupos de terapias dirigidas a los mismos. Nuestro punto de partida, como siempre, es sólo Mente, el vacío, Brahma, la no dualidad, el Dharmadhatu. A modo de señalización, también hemos denominado este concienciamiento no dual «subjetividad absoluta», ya que cuando uno va «más allá» del seudosujeto, de lo que ahora denomina su «yo», lo único que halla son objetos, con lo que se demuestra claramente que el verdadero yo, la subjetividad absoluta, es *uno* con el universo que conoce. Conoce esta página, por ejemplo, no observándola a distancia sino siendo la

página. En otras palabras, todo lo que uno observa *es* uno mismo observándolo y ésta es la condición fundamental del mundo real con anterioridad a la división ilusoria entre el mismo y el individuo.

Sin embargo, en cierto sentido, uno no puede *ver* la Mente o subjetividad absoluta. Como conocedor, no puede ser conocido; como observador, no puede ser observado; como investigador, no puede ser investigado. La verdadera y absoluta subjetividad *es* todo aquello de lo que uno es ahora consciente, pero cuando uno se da cuenta de ello, su sentido de la identidad debe igualmente trasladarse a *todo* aquello de lo que uno es consciente, y cuando esto ocurre (está ocurriendo ahora) uno deja de sentirse *aparte* de lo que está ahora observando. Así pues, como hemos dicho muchas veces, el dualismo sujeto/objeto desaparece convirtiéndose en subjetividad absoluta, en Mente. El sujeto y el objeto no desaparecen, pero sí la *brecha* que los separa; o, mejor dicho, se comprende que nunca había existido, de modo que los calificativos «subjetivo» y «objetivo» dejan de tener sentido. Existe simplemente un proceso de concienciamiento dual, en el que el observador es observado. Por consiguiente, en cierto sentido, uno no puede ver la Mente, por tratarse del propio observador; sin embargo, en otro sentido, de lo único que uno es consciente es de la Mente, ya que es *todo* lo que se ve.

Ahora, «fuera de» esta subjetividad absoluta, *en este momento*, evoluciona el espectro de la conciencia. Hemos descrito dicha evolución desde distintos puntos de vista, todos ligeramente diferentes, pero relativos siempre al mismo proceso: la aparente división del universo en observador y observado, y las numerosas complejidades y reverberaciones que siguen inexorablemente a dicha complicación inicial.

En primer lugar, hemos descrito esta evolución como consecuencia de la aparente imposición de diversos dualismos en la Mente, de modo que cada dualismo sucesivo genera un sentido de la identidad claramente más limitado, denominado «nivel» o «franja» del espectro. En términos simples, cada dualismo fractura un proceso «unitario», reprime su no duali-

dad y lo proyecta como dos opuestos aparentemente antagónicos, a continuación de lo cual —describiéndolo de un modo muy figurativo— nos identificamos con sólo uno de dichos opuestos, o uno de los polos de la dualidad, limitando, por consiguiente, nuestra identidad a «la mitad». Así pues, cada dualismo/represión/proyección sucesivo reduce enormemente los fenómenos con los que nos identificamos y, por consiguiente, nuestra identidad se desplaza sucesivamente del universo al organismo, al ego y a partes del ego (es decir, del nivel de la Mente al existencial, al egoico y al de la sombra). Dado que cada dualismo/represión/proyección convierte ciertos procesos en inconscientes, de ahí se deduce que cada nivel del espectro es un generador potencial de un tipo específico de trastornos. En todo caso, así es como evoluciona el espectro, con todas sus consecuencias.

También hemos seguido dicha evolución desde el punto de vista de la metáfora tántrica de la energía como Mente, describiendo cada nivel del espectro como una etapa determinada de desintegración energética, desde la energía originalmente pura y disforme (*prana*, *chi*, *ki*, *pneuma*, *ruh*, conciencia organísmica) de la Mente, «ascendiendo» hasta sus desintegraciones que dan vida al conocimiento simbólico y conceptual del nivel egoico. Hemos utilizado esta metáfora de la energía y sus desintegraciones porque aporta un medio concreto de relacionar la evolución del espectro con las auténticas sensaciones que experimentamos en este momento, y, además, porque esta interpretación nos será de gran utilidad en el próximo capítulo, cuando hablemos de la forma de evitar la desintegración de la energía, recordando así, la Mente y descubriéndola.

Aun desde otro punto de vista, hemos descrito esta evolución como la confusión de la subjetividad absoluta con un grupo o complejo de *objetos particular y exclusivo*; esto es, lo que hemos denominado objetivación de la subjetividad absoluta. Y esto significa, ni más ni menos, que vemos el universo como una multiplicidad de «objetos externos», *separada* del «sujeto presente» que denomino «yo» y opuesto al mismo.

Sin embargo, ese «yo» independiente y subjetivo, ese «hombrecillo del interior», que supuestamente observa el universo de los objetos, es evidentemente una ilusión. Es una ilusión porque, a pesar de que lo imagino como sujeto que ve, conoce y siente el universo, es simplemente otro objeto de percepción. Es decir, que dicho «yo independiente» es en realidad algo que soy capaz de ver, conocer, o, por lo menos, ser consciente del mismo, lo que ponemos constantemente de manifiesto con frases como «soy consciente de mí mismo» o «me conozco» o «¡por supuesto que soy consciente de estar leyendo este libro!». Tengo la ineludible sensación de poder observarme a mí mismo y, sin embargo, todo aquello que pueda mirar *debe ser objeto de percepción*. Por consiguiente, mi supuesto «yo subjetivo» no es en absoluto un verdadero sujeto, sino un seudosujeto, que en realidad no es más que otro objeto. Es algo que puedo percibir y que por consiguiente no puede ser el verdadero perceptor.

En cuanto al auténtico perceptor, el verdadero yo, la subjetividad absoluta, no puede ser observado porque es el que observa, ni puede ser conocido por tratarse del conocedor. Mi verdadero yo es tan incapaz de verse a sí mismo como el fuego de quemarse a sí mismo, o el cuchillo de cortarse a sí mismo. Sin embargo, por alguna razón extraordinaria, he identificado mi verdadero yo con un complejo peculiar de objetos que soy capaz de observar y que confundo por mi «yo subjetivo». Así pues, mi identidad se desplaza desde la subjetividad absoluta, que es uno con su universo, a la seudosubjetividad, que está supuestamente separada de sus objetos de percepción, a pesar de que una atenta observación demostrará ineludiblemente que dicho seudosujeto no es más que otro *objeto de* percepción. En otras palabras, he *objetivizado* lo que soy, he *intentado* ver mi verdadero yo como un objeto, he *imaginado* que lo he logrado, he abandonado necesariamente mi identificación original con el conjunto del universo y me he adherido en su lugar a un conjunto determinado y exclusivo de objetos. Resumiendo, he confundido al observador con lo que en realidad se puede ver.

En esta confusión, mi identidad se desplaza a un seudosujeto que ahora imagino enfrentado a un mundo ajeno de objetos.

Pero aquí no se acaba el caso de mi identidad confundida, ya que, como hemos visto, existen diversos *niveles de seudosubjetividad*. Y a partir de dicha confusión inicial, mi sentido de la identidad personal queda sometido a un proceso de limitación progresiva, es decir, una limitación de mi sentido de *seudosubjetividad, de aquello que siento en mí como «sujeto independiente», enfrentado al mundo como objeto externo*. Este sentido de identidad independiente, de seudosubjetividad, va desde mi organismo total a mi ego y a partes de mi ego, de modo que cada etapa representa, evidentemente, un nivel del espectro. Hemos calificado este punto de vista como «objetivación de la Mente», puesto que esto es exactamente lo que representa cada nivel, un conjunto determinado y exclusivo de objetos que confundo con un yo subjetivo real y con el que, por consiguiente, inadvertidamente me identifico. En este sentido, cada nivel del espectro es un nivel de identidad confundida, de seudosubjetividad.

Éstas son, pues, las tres formas distintas en las que hemos descrito la evolución del espectro de la conciencia. Evidentemente, todas dicen lo mismo desde distinto ángulo, ya que decir que cada nivel del espectro es un nivel de seudosubjetividad, o un sentido progresivamente limitado de identidad personal, *equivale* a decir que cada nivel se caracteriza por un dualismo/represión/proyección determinado, en cuanto a que éste es precisamente el mecanismo que crea y mantiene cada nivel, cada sentido de seudosubjetividad. En un sentido bastante figurativo, en cada nivel nuestro sentido de seudosubjetividad no es más que nuestra identidad confundida con «la mitad» del dualismo responsable del nivel en cuestión. Así pues, cada sentido de seudosubjetividad determinado cuenta siempre con el apoyo de un dualismo/represión/proyección particular, ya que el dualismo en cuestión no es más que la línea divisoria entre el seudosujeto «aquí» y sus «objetos externos».

Ahora bien, dado que el peligro común a todos los niveles es el proceso de dualismo, seguido del de represión y a continuación del de proyección, las terapias de cada nivel comparten también una característica común, la de *invertir dicho proceso* (en su nivel particular), *ayudando al individuo a ponerse en contacto con los aspectos enajenados y proyectados, a reintegrarlos y así «curar», «completar» y «unificar» este nivel.* El proceso conduce a la «curación», «crecimiento» o «salud», por la simple razón de que, en realidad, el individuo habrá ampliado su sentido de la autoidentidad. Cuando un dualismo se cura en cualquier nivel determinado, los elementos de dicho nivel que antes suponían una amenaza para el individuo aparecen ahora como meros aspectos de su propia conciencia que había amputado, reprimido y proyectado, proceso que había disminuido necesariamente su sentido de identidad y preparado el terreno para cierto género de trastornos. Al invertir el proceso en cualquiera de los niveles, se elimina simplemente el apoyo al género de trastornos propios del mismo.

Cada vez que una persona logra invertir por completo dicho proceso, sana y completa el dualismo principal de un nivel determinado, de lo que se deduce que *desciende de un modo perfectamente espontáneo y automático por el espectro al próximo nivel*, donde se hallan «incluidos» ambos polos del «antiguo» dualismo y de cuyo nivel el anterior no era más que una mera fragmentación. Por ejemplo, cuando verdaderamente sana la división terciaria entre psique y soma, el individuo descubre necesariamente el organismo total; en otras palabras, ha descendido automáticamente al nivel existencial. La curación de uno cualquiera de los niveles importantes revela simplemente el «proceso unitario subyacente» o gestalt convertida en inconsciente por dicho dualismo, y marca a su vez el descenso por el espectro al próximo nivel «subyacente».

Una vez en el «nuevo» nivel, se trate del que se trate, el individuo se vuelve naturalmente más sensible a las características principales del mismo; sus «necesidades», «instintos» o

«impulsos» particulares, su potencial y sus valores, su modo de conocer, el material del que se nutren sus sueños (suministrado por sus procesos inconscientes) y, por supuesto, su principal dualismo/represión/proyección, así como el tipo de trastornos potencialmente consecuentes. A lo largo de los últimos cuatro capítulos hemos descrito brevemente las características de cada nivel y ahora, para conveniencia del lector, las resumimos en forma de cuadro sinóptico (véase el cuadro 1). No obstante, insistimos en que dichas características son necesariamente bastante abstractas y generales, por lo que dejan mucho margen para la elaboración individual. Esto es especialmente cierto en cuanto al concepto de «necesidad», «impulso» o «instinto». En general, entendemos que las «necesidades» de cada nivel son un reflejo del potencial de crecimiento del mismo, como una especie de compensación por aquello de lo cual el individuo carece en dicho nivel. Permítasenos además declarar, sin el embellecimiento que un mayor espacio nos permitiría, que consideramos los sueños de cualquier nivel como indicio simbólico de dicha carencia; es decir, un indicio simbólico de aquellos aspectos del universo con los que uno ha dejado de identificarse. Dondequiera que el universo esté enajenado de sí mismo existe el material del que se nutren los sueños. En todo caso, conforme el individuo desciende por el espectro, comienzan a emerger con mayor claridad las distintas características del «nuevo» nivel.

Este fenómeno de descenso espontáneo, potencialmente intrínseco en cualquiera, es virtualmente análogo a las necesidades jerárquicas de Maslow;[13] a saber: necesidades neuróticas (nivel de la sombra), necesidades básicas (niveles egoico y existencial), y metanecesidades (gama transpersonal). (La Mente no tiene necesidades, puesto que nada existe externo a la misma.) En el momento en que el individuo resuelve un conjunto de necesidades, emerge espontáneamente el próximo y el hecho de no satisfacer las nuevas necesidades emergentes genera un nuevo conjunto de problemas («regaños y metarregaños»).

Así pues, en el nivel de la sombra, no se satisfacen las ne-

cesidades básicas. Debido a la represión, la enajenación, o algún otro mecanismo proyector, el individuo no alcanza a reconocer la naturaleza de sus necesidades básicas. Y, como es bien sabido que siempre abunda lo que no se necesita, se desarrolla una amplia gama de necesidades neuróticas insaciables. Por otra parte, si logran comprenderse y desplazarse dichas necesidades neuróticas, de modo que puedan emerger (jerárquicamente) las necesidades básicas subyacentes, el individuo podrá comenzar a actuar sobre ellas, encaminándose así a una gratificación más amplia. También emerge, casi por definición, en un nivel inferior del espectro. Y cuando llega al nivel existencial, comienza a emerger un nuevo conjunto de necesidades, las metanecesidades, portadoras de una llamada —a veces una exigencia— a la trascendencia. Actuar en consonancia con dichas metanecesidades le inicia a uno en el mundo de la gama transpersonal; si las rehúye, cae en las garras de la metapatología. El hecho de que dichas metanecesidades corresponden a una realidad transpersonal es algo que el propio Maslow aclara:

> Los metamotivos dejan de ser, por consiguiente, *exclusivamente* intrapsíquicos (es decir, egoicos) u organísmicos (es decir, existenciales). Son tan internos como externos... Esto significa que la distinción entre el yo y el no yo se ha desmoronado (o trascendido). Existe ahora una menor diferenciación entre el mundo y la persona... Podríamos decir que se convierte en un yo ampliado... Identificar el yo superior del individuo con los valores superiores del mundo exterior significa, por lo menos en cierta medida, una fusión con el no yo.[14]

Teniendo en cuenta que dicha fusión del organismo con el medio ambiente es una fusión sin confusión, la cita de Maslow puede interpretarse como una descripción perfecta de la gama transpersonal.

En todo caso, prosigamos con nuestro análisis básico del elemento común a todas las terapias dirigidas a los diversos niveles del espectro. Dado que cada dualismo principal crea la correspondiente sensación de seudosubjetividad, también

podemos enfocar el tema desde este ángulo. Ya que cada nivel del espectro es en realidad un conjunto *determinado* de objetos confundidos por el auténtico sujeto o, dicho de otro modo, una sensación progresivamente limitada de identidad personal o seudosubjetividad, *la terapia, en cada nivel, consiste en introducir a este determinado seudosujeto en la conciencia*, de modo que al ser plenamente consciente del mismo y verlo *objetivamente*, el individuo se da cuenta de que evidentemente no es un *sujeto* real, un auténtico yo. Entonces abandona su identificación con dicho seudosujeto y desciende un nivel a una base más firme y amplia de identidad personal. Por consiguiente, no importa que hablemos de la curación de un dualismo principal o de abandonar la sensación correspondiente de seudosubjetividad, ya que curar un dualismo principal en cualquier nivel equivale a convertir dicho nivel en plenamente consciente, convertirlo en consciente significa verlo como objeto, y verlo como objeto es dejar de confundirlo con el observador.

Esto sugiere que, en cierto sentido, el descenso del espectro de la conciencia es un proceso progresivo de *desidentificación* desde una sensación «limitada» de seudosujeto a otra «más amplia», proceso que aporta una sensación ampliada de libertad y control. En palabras de Assagioli:

> Estamos dominados por todo aquello con lo que nuestro yo se identifica. Podemos dominar y controlar todo aquello de lo que nos desidentificamos.[15]

Esto es perfectamente cierto, pero no olvidemos que es sólo la mitad de la historia, ya que si cada descenso sucesivo por el espectro es un proceso de desidentificación con el «antiguo» seudosujeto, también es un proceso de descubrimiento de una «nueva» identidad en el nivel inmediatamente inferior. Tengamos en cuenta que cuando un individuo deja de identificarse con cierto seudosujeto que compone «una mitad» de un dualismo principal de un nivel determinado del espectro, desciende necesariamente un nivel y descubre una

nueva identidad que incluye «ambas mitades» del antiguo dualismo en la que se armonizan los opuestos antes considerados antagónicos. Con mayor propiedad, descubre simplemente la gestalt particular de la cual el nivel anterior era una fragmentación. Al desidentificarse de la «mitad», se identifica espontáneamente con el «todo». En este nivel más amplio de seudosubjetividad logra finalmente asumir la responsabilidad de lo que, en el nivel anterior, parecía involuntario, ajeno, externo.

Por consiguiente, en conjunto, la curación de un dualismo principal conduce a un cambio de identidad personal, ya que (en términos eminentemente figurativos) el individuo es incapaz de seguir aferrado a «la mitad» del antiguo dualismo, como, por ejemplo, la mente pero no el cuerpo. Comprende que su «antigua» sensación de seudosujeto, limitada a un solo polo del dualismo, no es más que otro objeto de percepción, como tal deja de observar a través del mismo y, por consiguiente, de distorsionar el mundo. El derrumbamiento de un dualismo principal es simultáneamente el derrumbamiento de la sensación particular de seudosubjetividad mantenida por dicho dualismo. La separación simbólica inconsciente y sus consecuentes trastornos han sido reemplazados por una auténtica no separación consciente y su correspondiente armonía. Puesto que el «antiguo» nivel debía precisamente su existencia a la división del nivel inmediatamente inferior, su «curación» conduce automáticamente a la restauración de aquella unidad anterior. Este proceso tiene lugar cada vez que el individuo desciende a otro nivel. Su identidad se amplía hasta incluir aspectos del universo antes considerados ajenos, enfrentándose ahora al mundo desde una base de seudosubjetividad más amplia y firme. Sin embargo, tenemos la seguridad de que esto no representa el «despertar definitivo»; el «nuevo» nivel es todavía un seudosujeto, aunque más cómodo y con menos trastornos que el anterior. Es todavía un sueño, pero tiene menos de pesadilla. Sólo en el último paso desaparece el sueño de la propia seudosubjetividad y ahora estamos en condiciones de examinarlo.

| NIVEL | POTENCIAL | TRASTORNOS |
|---|---|---|
| SOMBRA | Compensaciones manifiestas: orgullo, impulso de ganador, justa indignación, sensibilidad, teatralidad, «creatividad neurótica»<br>Amor romántico; heterosexual u homosexual (afecto por la sombra) | Pánico angustioso<br>Culpa (superego)<br>Odio (lucha con la sombra)<br>Depresión (ira retrorrefleja)<br>Presión (impulso proyectado)<br>Miedo (agresividad proyectada) |
| EGO | Intelectual - filosófico<br>Estabilidad de carácter<br>Afabilidad<br>Autocontrol, deliberado<br>Comunicación verbal<br>Iluminación lineal en general<br>Cristalización del 1.er modo de conocimiento<br>Ajuste a la gama biosocial | Emergencia crónica de bajo nivel (Perls)<br>Depresión como descorporeización (Lowen)<br>Falta de prensión e intencionalidad<br>El mundo como trivial (Watts)<br>Falta de espontaneidad y valores B<br>El mundo como sólo lineal |
| BIOSOCIAL | Civilización<br>Cultura<br>Estabilización convencional<br>Percepción tradicional<br>Pertenencia a la sociedad<br>Lenguaje, ley, lógica | Biosocialización de todo conciencia-miento, necesidades, percepciones, etc., existenciales y transpersonales.<br>Desintegración del lustre del mundo y la visión convencional del mismo (elemento común en la «esqui-zofrenia», pero también, con otros efectos, en la meditación profunda; aunque la última raramente produce «trastornos», puesto que permite recuperar con facilidad la visión del mundo a efectos prácticos) |
| EXISTENCIAL | Prensión<br>Intencionalidad<br>Emergencia de valores B<br>Autenticidad (Perls)<br>Centrismo<br>Fe biológica (Lowen)<br>Religión exotérica<br>Espontaneidad biológica | Angustia: el calambre (Benoit)<br>Desaliento existencial<br>Dolor metafísico<br>Culpa humanista (Fromm)<br>Irrupciones perinatales (Grof) de naturaleza negativa<br>Angustia existencial como «incapacidad de aceptación de la muerte» (Brown)<br>Odio primordial del no yo; conse-cuencia del dualismo primario |
| TRANSPERSONAL | Valores B<br>Concienciamiento mitológico<br>Experiencia de planicie<br>Desvinculación y testigo trans-personal<br>Fenómenos paranormales<br>Encuentros extraterrestres<br>Aparición de prana como chakras<br>Kundalini superiores<br>(en el nivel de la Mente, los chakras [Sefiroth] son meramente simbólicos) | Irrupciones arquetípicas<br>Angustia transpersonal (Lilly)<br>Herejía del vacío de la muerte (Zen)<br>Experiencias extracorporales negativas<br>Irrupciones filogenéticas negativas |

JOHN LILLY (Gurdjieff) OTRAS SIMILITUDES (Sólo occidentales)

| | | |
|---|---|---|
| TRANSPERSONAL | − 24<br>«Estado negativo; dolor, culpa, miedo» | Yo idealizado (Horney)<br>Dominante/dominado (Perls)<br>Padre/hijo (Berne)<br>Inconsciente inferior (Assagioli)<br>Remanentes del ego infantil (Freud) |
| EGO | ± 48<br>«Estado de biocomputador neutral; absorción y transmisión de nuevas ideas; recepción y transmisión de nuevos datos y programas; enseñanza y aprendizaje con máximas facilidades. Estado neutral. Sobre la tierra» | Auténtico yo (Horney)<br>Yo (Rogers)<br>Ego (Freud)<br>Eigenwelt<br>Estado ego adulto (Berne)<br>Nivel freudiano (Grof)<br>Nivel analítico recolectivo (Houston/Masters) |
| BIOSOCIAL | + 24<br>«Todos los programas necesarios están en el inconsciente del biocomputador, operando satisfactoriamente. Ego extraviado en operaciones placenteras, conocidas y apetecidas» | Filtro social de:<br>carácter social<br>lenguaje<br>lógica<br>(Fromm)<br><br>Mitwelt<br>Lustre social<br>Validación consensual |
| EXISTENCIAL | + 12<br>«Arrobamiento; amor cósmico, recepción de gracia, conciencia-miento corporal agudizado; función superior de la conciencia corporal, enamoramiento, etcétera»<br>− 12<br>«Estado corporal extremadamente negativo; individuo todavía en el cuerpo, dolor extremo» | Unwelt<br>Verdadero yo (Horney)<br>Organismo total (Rogers)<br>Ego coporal (Freud)<br>Yo centrado (Perls)<br>Yo biológico (Lowen)<br>Capa ontogenética (Ring)<br>Matrices perinatales básicas (Grof)<br>Nivel rankiano (Grof) |
| SOMBRA | + 6<br>«Centro del manantial de la conciencia. Viaje astral, psicofonía y clarividencia; fusión con otras entidades en el tiempo»<br>− 6<br>«Negatividad purgatoria» | Yo superior (Assagioli)<br>Inconsciente colectivo (Jung)<br>Capas transindividuales, filogenéticas y extraterrestres (Ring)<br>Testigo supraindividual (Maslow)<br>Nivel integral (Houston/Masters) |

*Involución*

| NIVEL | SUEÑOS | NECESIDADES |
|---|---|---|
| SOMBRA | Pesadillas<br>Sombra simbólica<br>Aspectos malévolos<br>Sombra proyectada | Necesidades neuróticas.<br>Ej.: manipulación de poder<br>sexualización<br>obsesiva/compulsiva |
| EGO | Secuelas cotidianas<br>Gestalts ambientales<br><br>Psicodinámico | Necesidad de una autoimagen precisa y aceptable (Putney)<br>Necesidades básicas (Maslow), de emergencia generalmente jerárquica<br>Estabilidad lineal<br>Necesidades encaminadas a un fin |
| BIOSOCIAL | Como con la mayoría de las características, los sueños superiores a la gama biosocial reflejan convenciones sociales; los inferiores comienzan a ser universales: existenciales o arquetípicos | Biosocialización de necesidades existenciales<br>Exigencia (Lacan)<br>Traducción fidedigna de la realidad según paradigmas convencionales<br>(El principio de realidad es, en efecto, el principio de convencionalidad) |
| EXISTENCIAL | Medio ambiente no convencional<br><br>Angustia, sueños mortuorios<br>Factores perinatales<br>Sueños ontogenéticos | Emergencia de metanecesidades (Maslow)<br>Necesidad de resistir (tiempo) y de existir (espacio); compensaciones de las represiones primaria y secundaria<br>Crecimiento (en el sentido de Perls)<br>Intencionalidades |
| TRANSPERSONAL | Secuelas históricas<br>Filogenéticos<br>Encarnacionales<br>Arquetípicos<br>Sueños de percepción extrasensorial<br>Sueños translúcidos (estado de testigo transpersonal) | Satisfacción de metanecesidades<br><br>Elaboración arquetípica<br><br>Relación transindividual<br>Evitación de la Mente (en este nivel de trata de una auténtica necesidad, la última que se desplaza) |

INCONSCIENTE

| | ISS | ISO |
|---|---|---|
| SOMBRA | Ego<br>Gama biosocial<br>Centauro<br>Gama transpersonal<br>Subjetividad absoluta (universo) | Sombra<br>Cuerpo (biosocializado)<br>Medio ambiente (biosocializado, arquetípico) |
| EGO | Gama biosocial<br>Centauro<br>Gama transpersonal<br>Subjetividad absoluta (universo) | Cuerpo (biosocializado)<br>Medio ambiente (biosocializado, arquetípico) |
| BIOSOCIAL | Centauro<br>Gama transpersonal<br>Subjetividad absoluta (universo) | Medio ambiente (biosocializado, arquetípico) |
| EXISTENCIAL | Gama transpersonal<br>Subjetividad absoluta (universo) | Medio ambiente (arquetípico) |
| TRANSP | Subjetividad absoluta (universo) | Porciones del medio ambiente (unas arquetípicas, otras «puras») |

MODO COMÚN DE

| | TIEMPO Y TENDENCIAS | NIVEL DE CONTACTO | OTROS ASPECTOS |
|---|---|---|---|
| SOMBRA | Tiempo convencional distorsionado<br>Voluntad «desesperada»;<br>albedrío frenético, demoníaco | Asociación activa, o «libre asociación», que descubre el «encadenamiento psíquico» lineal o distorsionadamente lineal, que conduce al complejo de la sombra | En el nivel del ego/sombra, la persona está activamente involucrada en la la *estructuración* lineal y convencional del *tiempo*, fenómeno estudiado en la actualidad por el análisis transaccional; dicha estructuración incluye la elaboración de guiones, contraguiones y juegos egoicos |
| EGO | Tiempo convencional como pasado/presente/futuro lineal<br><br>Voluntad | Reflejo activo; si el complejo de la sombra es fuerte, el reflejo activo, o asimilación mental de la autoimagen, sólo puede ocurrir con precisión después de la asociación activa, o algún otro enfoque del nivel de la sombra | Mitología paterna, incesto, castración (Neumann)<br><br>Inclinación fuertemente arraigada a la estructuración del tiempo |

| | | | |
|---|---|---|---|
| BIOSOCIAL | Socialización y seriación del presente que transcurre | Ningún modo común en este caso, aunque Lilly sugiere (como se indica en otra parte del cuadro) lo que equivaldría a un *desreflejo activo*; en realidad Frankl propuso hace mucho tiempo el desreflejo activo como paso preliminar al nivel existencial | Las distinciones de la gama biosocial conducen a reglas que a su vez estructuran juegos; pero estos juegos sutiles, comparables a un mundo brillante, no deben confundirse con los más explícitos «juegos egoicos», de los que Berne se ocupa admirablemente, aunque en realidad éstos sean su punto de origen |
| EXISTENCIAL | Presente que transcurre (*nunc fluens*)<br>Intencionalidades (prensiones móviles)<br>El albedrío | Prensión activa: asimilación tridimensional de la existencia total del individuo, que no debe confundirse con el reflejo o asociación activos | Mitología materna, incesto, castración (Neumann)<br>La respiración como circulación de la fuerza vital (prana) |
| TRANSP | Perpetuidad mitológica (sólo la Mente es estrictamente atemporal)<br>Vasanas: sutiles tendencias transindividuales, responsables del permanente «renacimiento» del sentido del yo independiente | Imaginación activa, en el sentido muy especial que le atribuye Jung: un concienciamiento *radial*<br>(Para el nivel de la Mente: *atención activa*, factor 1 [ver capítulo 9]) | Mitología urobórica, incesto, castración (Neumann)<br>La respiración, como circulación de la fuerza vital (prana), adopta dimensiones supraindividuales y espirituales<br>(prana = Espíritu Santo) |

Finalmente, aclaremos un último punto, técnico pero importante. Para ello, a modo de ilustración, recordemos la generación del nivel egoico. Con la emergencia del dualismo terciario, el centauro se convierte en inconsciente: se divide, reprime y proyecta como ego frente a cuerpo. Asimismo, se desplaza el correspondiente sentido de individualidad de la subjetividad, su seudosubjetividad, del centauro al ego, con la sensación de que el cuerpo se ha convertido ahora en un *objeto* externo.

Así pues, cabe preguntarse ¿qué ocurre con el centauro? Sabemos, por supuesto, que no muere por efecto de la represión, sino que queda sepultado en vida. Por consiguiente, sigue existiendo y ejerciendo una influencia profunda, aunque a veces sutil, en el individuo. El centauro, aun «inconsciente», no deja por ello de actuar —por muy indirectamente que lo haga—, matizando la sensación global del individuo de yo independiente, su completa sensación de seudosubjetividad. Recordemos que la sensación de ser un ego reposa en la de ser centauro, aunque esta última esté ahora conscientemente más o menos olvidada. Puesto que el centauro mora ahora en la dirección de estos factores que moldean inconsciente pero profundamente la sensación del individuo de seudosubjetividad, podemos hablar del centauro ahora sepultado como un aspecto de lo que podríamos denominar «inconsciente seudosubjetivo», o ISS para abreviar. En general, todos los niveles y gamas del espectro que se encuentran *por debajo* de aquel en el que el individuo existe en el presente contribuyen colectivamente a esa sensación interna de seudosubjetividad, de la que el nivel presente no es más que la punta consciente. En consecuencia, todos estos niveles inferiores constituyen en conjunto el inconsciente seudosubjetivo (la figura 18 representa dicho ISS para un individuo que vive como persona). Por ello, un cambio, por ejemplo, en la gama biosocial, o la activación de un arquetipo, puede producir en el ego o en la persona alteraciones significativas en su sentido consciente de la existencia. Utilizando la metáfora de la energía, se diría que el contenido de la conciencia individual sólo ha llegado a ser consciente después de atravesar todos los niveles del ISS.

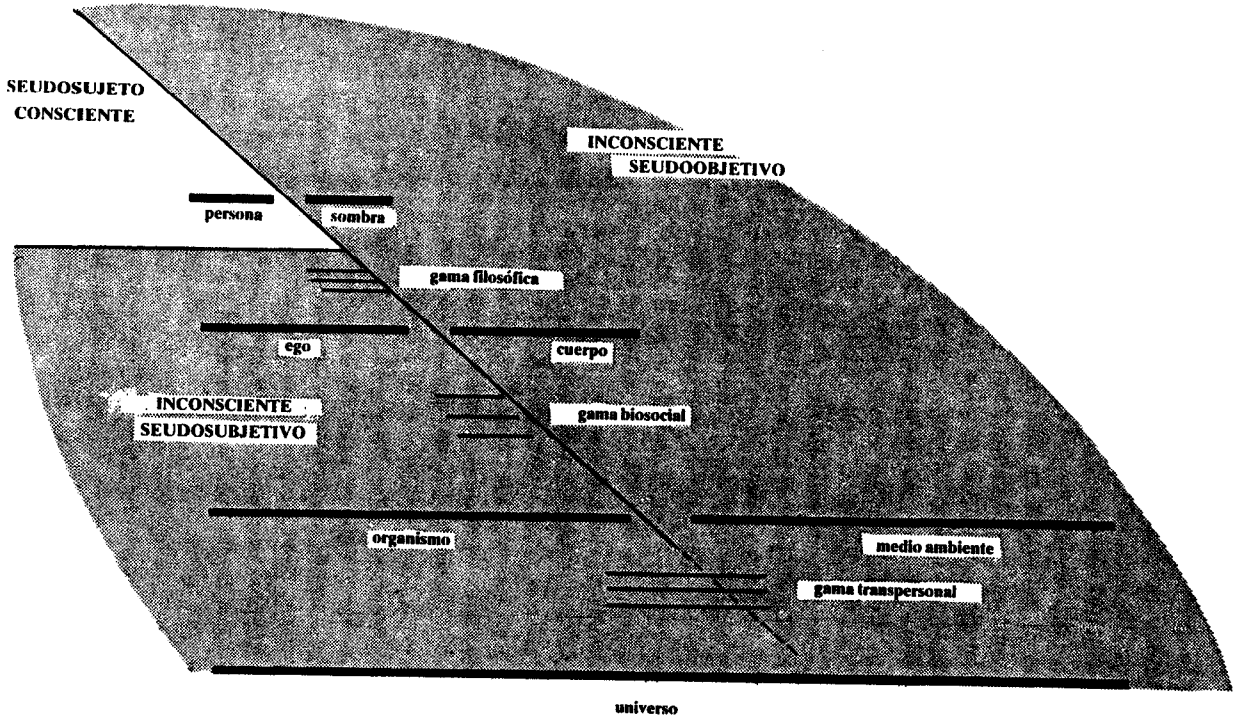

SEUDOSUJETO
CONSCIENTE
INCONSCIENTE
SEUDOOBJETIVO
persona
sombra
gama filosófica
ego
cuerpo
INCONSCIENTE
SEUDOSUBJETIVO
gama biosocial
organismo
medio ambiente
gama transpersonal
universo

Figura 18

De modo que el hecho de que un individuo viva en un nivel determinado del espectro no es razón suficiente para hacer caso omiso de los niveles inferiores, sino todo lo contrario, ya que ejercen una enorme influencia.

Pero, para acabar con esta ilustración, ¿qué ocurre con el «cuerpo» al generarse el nivel egoico? Se habla del mismo como «contenido» del inconsciente, pero no cabe duda alguna de que el individuo *lo percibe*, aunque de un modo muy distorsionado e incluso ilusorio; es decir, como objeto «externo». Sin embargo, recordemos que lo mismo ocurre con la sombra. Cuando el ego se convierte en inconsciente ante la emergencia del dualismo cuaternario, la sombra se percibe como si existiera «objetivamente en el exterior». Otro tanto puede decirse del propio medio ambiente. Después de la aparición del dualismo primario, el medio ambiente se presenta como un «objeto externo». Ahora bien, tanto el medio ambiente como el cuerpo y la sombra son efectivamente aspectos del inconsciente, aunque debido a los dualismos y proyecciones principales se perciban de un modo distorsionado, como falsos, ilusorios o seudoobjetos. Por ello podemos hablar de ellos colectivamente como constitutivos del «inconsciente seudoobjetivo», o ISO para abreviar. (Véase la figura 18.)

Por consiguiente, así como el contenido del ISS moldea la sensación individual de existencia desde el *interior*, el contenido del ISO la moldea desde el *exterior*. Y esta acción de moldeamiento desde el exterior se ajusta siempre a una pauta general: el individuo *reacciona* ante dichos «objetos» en lugar de *actuar*, los *rehúye* en lugar de *observarlos* y sufre su *efecto* en lugar de *obtener información* de los mismos. Hemos podido comprobar que esto ocurre en cada nivel del espectro.

Los distintos niveles de conciencia seudosubjetiva y seudoobjetiva constituyen juntos la totalidad del inconsciente. Huelga decir que estos dos aspectos del inconsciente global, en realidad, no son más que ambas caras de una misma moneda. En todo caso, en la figura 18, representativa de un individuo en el nivel de la sombra, hemos señalado las tres áreas principales: el seudosujeto consciente, el inconsciente seudosubje-

tivo y el inconsciente seudoobjetivo (así como todos los niveles y gamas del espectro que componen dichas áreas). Estas tres áreas en conjunto constituyen la *totalidad* del territorio de la conciencia/inconsciencia.

La importancia de lo dicho hasta ahora es que todos los niveles inferiores, a pesar de ser en cierto sentido inconscientes, no por ello dejan de actuar. Esto se pone especialmente de manifiesto en los «síntomas», los deseos o los sueños, ya que a pesar de que el individuo es definitivamente más consciente de las características del nivel en el que se encuentra, con sus trastornos y dolor correspondientes, sus alegrías y su potencial, sus deseos y necesidades, y sus sueños, los niveles inferiores (el ISS y el ISO) contribuyen no obstante, de un modo u otro, al «contenido» de la conciencia. Y es por consiguiente sensato —especialmente en el caso de algún tipo de «terapia»— determinar en la medida de lo posible el nivel de procedencia de distintos sueños, síntomas o deseos, y actuar consecuentemente.

Por ejemplo, la angustia arquetípica, la angustia existencial y la angustia de la sombra son distintas y no deben tratarse del mismo modo. El uso indiscriminado de una sola técnica terapéutica para todos los síntomas puede tener en algunos casos consecuencias sumamente lamentables. La angustia de la sombra, por ejemplo, es esa sensación de «pulsar el botón del pánico» que emerge habitualmente como consecuencia de cierta emoción e interés proyectados, u ocasionalmente de la ira proyectada. Esto se trata, como hemos visto, integrando la faceta proyectada. Sin embargo, la angustia existencial no se experimenta tanto como esa situación de pánico de «pies para qué os quiero», sino más bien como un calambre frío, casi paralizador, en el mismo centro de la propia existencia, y sus frías llamas se nutren del negro debate entre el ser y la nulidad. Y esta angustia sólo se puede tratar enfrentándose, no con la ira, sino a la muerte, con el vacío interno. Confundirlas entre sí supone evidentemente un enorme riesgo.

Y en cuanto a la angustia transpersonal, no tenemos ni la más remota idea de cómo tratarla, por lo que la mayoría de

los terapeutas, sin duda con la mejor intención, eluden el problema tratándola como angustia de la sombra, quitándose así la soga de su propio cuello a costa de los sufridos pacientes. (En general, se da el caso de que, si bien los terapeutas de un nivel determinado reconocen todos los niveles *superiores* al suyo, le atribuyen a todo nivel inferior un carácter patológico y se apresuran a definirlo en términos diagnósticos. Lo mismo es doblemente aplicable a los trastornos de cualquier nivel «inferior», que únicamente pueden tratarse dialogando con el nivel en cuestión y no reduciéndolo a los términos de un nivel superior.)

Asimismo, en cuanto a los sueños, es importante procurar discernir, en la medida de lo posible, su nivel de procedencia. ¿Se trata de una pesadilla, portadora de un aterrador mensaje procedente directamente de la sombra? ¿O simplemente de las secuelas cotidianas con origen en el ego? ¿O quizás, algo todavía más profundo, son secuelas de la historia, un «gran sueño» de importancia arquetípica, mensajes de la gama transpersonal, o indicios de los propios dioses? La respuesta a estas preguntas determinará el enfoque a adoptar; por ejemplo, gestalt o junguiano (o ambos en el orden apropiado). El hecho de no reconocer tales diferencias conducirá al empobrecimiento o a la inflación: un arquetipo reducido a ego, o el ego ampliado a arquetipo.

Por escasa que sea nuestra apreciación de la profundidad del ser humano, de su concienciamiento pluridimensional, de la naturaleza espectral de su conciencia, nos veremos obligados a tener en cuenta dichas consideraciones, que además son sumamente importantes. Puede que alguien, por ejemplo, se dé gradualmente cuenta de que en su vida impera el «desaliento». Tal vez esté simplemente «furioso» sin saberlo, de modo que en el nivel de la sombra la «ira» se ha convertido en «tristeza» (como afirmarían la mayor parte de los pensadores psicoanalíticos).[16] Pero también cabe la posibilidad de que —a nivel egoico— haya perdido todo contacto directo con su cuerpo (como lo describe, por ejemplo, Lowen).[17] O también es posible que haya llegado realmente a experimentar el ca-

lambre del dualismo secundario, el espasmo del nivel existencial, la evitación de la muerte que constituye la base de toda motivación humana (como lo ha señalado Benoit).[18] ¿O ha llegado realmente a contemplar el propio rostro del morador del umbral transpersonal y, por consiguiente, sabe en lo más profundo de su ser que su próximo renacimiento exige su muerte instantánea (como lo han afirmado los místicos de todos los tiempos)? ¿Podemos ser tan insensibles como para mezclarlo todo en la misma categoría terapéutica?

Confío en que este tipo de enfoque —en el que además de la subjetividad absoluta se reconocen niveles de seudosubjetividad consciente, niveles de seudosubjetividad inconsciente— contribuya a comprender algunas tendencias *aparentemente* contradictorias en las psicologías humanista, ortodoxa y transpersonal. En cierto nivel se nos dice que «abandonemos la enajenación, que nos *identifiquemos* con nuestros propios actos y emociones y asumamos la responsabilidad de los mismos». Sin embargo, otros enfoques nos aconsejan que nos «*desidentifiquemos* de nuestro ego, nuestras emociones, nuestro cuerpo», etcétera. ¿Debemos identificarnos o desidentificarnos? La contradicción se resuelve cuando vemos, por ejemplo, en el nivel de la sombra, que identificarse con la sombra (ISO) *equivale* a desidentificarse de la persona (seudosujeto consciente), despertando así al ego (hasta entonces ISS). A continuación, avanzando otro paso, o profundizando si se prefiere, identificarse con el cuerpo (ISO) *equivale* a desidentificarse del ego (seudosujeto consciente) y despertar en el centauro (hasta entonces ISS y ahora seudosujeto consciente). Y, por último, identificarse completamente con el objeto de meditación (por ejemplo, un *koan*) *equivale* a desidentificarse de los últimos vestigios del seudosujeto en general y despertar por consiguiente al concienciamiento no dual. En honor a la coherencia, la mayoría de las formas terapéuticas hacen justo hincapié exclusivamente en uno de estos enfoques; la alternativa podría ser bastante confusa. Pero no creo que sea necesario concluir que esto supone una evidente contradicción.

En otras palabras, tanto si una terapia, 1) «excava» en busca del ISS, como el psicoanálisis en el nivel de la sombra o el análisis junguiano en la gama transpersonal, o 2) se identifica con el ISO, como la terapia Gestalt en el nivel de la sombra y la terapia bioenergética en el nivel existencial, como si 3) se desidentifica del seudosujeto como el análisis transaccional en el nivel de la sombra y la psicosíntesis en la gama transpersonal, vemos siempre en acción el mismo proceso básico de «descenso»: establecimiento de nuevas fronteras personales y un desplazamiento al próximo nivel «inmediatamente inferior» del espectro. Distintas escuelas terapéuticas se dirigen simplemente a diferentes niveles, de modo que ciertas terapias intentan llevar dicho proceso a reinos cada vez más profundos.

Pero no por ello pretendemos denigrar en modo alguno las terapias que actúan exclusivamente en los niveles superiores. Los distintos niveles del espectro aparentemente existen, tienen diferentes características, entre las que figuran trastornos específicos, y por consiguiente es imprescindible que los reconozcamos y utilicemos las terapias más apropiadas a cada nivel. Aunque todos los habitantes del planeta reconocieran la existencia de sólo Mente y se dedicaran a practicar shikantaza, mahamudra, o dzog-chen, seguiríamos necesitando las terapias de los niveles superiores, ya que el individuo elude característicamente sólo Mente con la construcción de fronteras (niveles del espectro); dichas fronteras generan diversos trastornos; y la mejor forma de tratar estos trastornos es utilizar terapias destinadas exclusivamente a ellos.

He aquí un pequeño ejemplo. Una mujer que practicaba la meditación mantra desde hacía unos dos años, vio un buen día su meditación interrumpida por la alarmante aparición de un perro que pretendía atacarla. Esto la preocupó considerablemente durante algún tiempo y el único consejo que le daba su maestro era que intentara seguir meditando, cosa que hizo durante un par de meses sin éxito alguno. Esto es lamentable, porque he comprobado que un buen terapeuta gestalt resuelve permanentemente *ese* tipo de proyección en quince minutos. Lo que había ocurrido era que algún complejo hostil ISS

había emergido en la superficie, había encontrado una resistencia y había sido, por tanto, proyectado como ISO, en la forma de un perro que la atacaba.

Ahora bien, considerado desde otro ángulo, el ISS es aquello que en este momento separa inconscientemente a una persona como «sujeto» del mundo «exterior» de los objetos. El ISS, en conjunto, es una especie de cuña inconsciente anclada entre el sujeto y el objeto, cuña que separa de esta página al lector, y que por consiguiente distorsiona —*de un modo diferente a distintos niveles*— el mundo real tal como es. Bajo las *condiciones especiales* de cualquier tipo de terapia idónea, el ISS del *nivel correspondiente* se suelta, fractura, desencaja y, por así decirlo, emerge en la superficie. Todo terapeuta reconoce que el aspecto esencial del proceso terapéutico consiste en la comprensión, observación, tratamiento, asimilación o conversión en consciente de dicho «material emergente». Y el material emergente no es más que el ISS. El efecto terapéutico no se debe sólo al hecho de que la persona adquiere una visión introspectiva de sí misma, ni al hecho de revivir los traumas de su infancia o nacimiento, ni a la destrucción de su sensibilidad —aunque todas ellas puedan ser razones que contribuyan—, sino primordialmente a que, cuando la persona asimila globalmente este material emergente, lo convierte en *objeto* del concienciamiento, y, por consiguiente, deja de identificarse exclusiva y *subjetivamente* con él. Al poder observarlo, deja de confundirlo con el observador. Por el hecho de verlo, ya no lo utiliza como algo a través de lo que mirar *inconscientemente* y distorsionar por consiguiente la realidad. Resumiendo, la cuña entre sujeto y objeto ha quedado «diluida».

Todas las terapias —el psicoanálisis, Rolfing, Gestalt, la terapia junguiana, la racional/emotiva, la psicosíntesis, o la bioenergética— se ocupan de dicho «material emergente» en su propio nivel y por sus propios medios. Además, en un sentido global, toda terapia de un nivel determinado acaba por penetrar en el ISS de todos los niveles superiores al suyo. Así pues, la meditación transpersonal, y especialmente la meditación

en el nivel de la Mente, penetra necesariamente en el ISS de todos los niveles superiores. Lo que vemos en la meditación es, por tanto, la emergencia gradual de la totalidad del ISS, hasta agotarlo como objeto (vacío o desechado) y el individuo cae a través de su seudosubjetividad en la subjetividad absoluta. Este agotamiento del ISS se manifiesta como «makyo» (Zen), o «pensamientos desprovistos de tensión» (meditación trascendental), o «formas mentales ascendentes» (bhakti yoga), o «extracción y expulsión de demonios» (contemplación); es decir, el mismo fenómeno que el de la terapia de cualquier otro nivel, sólo que la meditación encaminada a la Mente lleva el proceso a sus últimas consecuencias, al límite del espectro, a la disolución total del ISS.

Cuando el ISS emerge en un individuo determinado, se convierte en objetivo y deja de confundirse con el sujeto real, hasta que sólo existe este sujeto real. En algunos casos, el ISS puede emerger en la meditación de un modo tan global que es casi imperceptible. Pero, en muchísimos casos, el ISS emerge en un orden característico, el mismo observado frecuentemente en la investigación con LSD, que Grof clasifica como freudiano, rankiano y junguiano, y que nosotros reconocemos fácilmente como egoico, existencial y transpersonal, reflejando exactamente el orden de las fronteras del espectro. No es *imprescindible* atenerse a este orden (ya que el contacto directo con cualquier nivel socava todos los niveles que lo preceden), pero suele ocurrir.

Podemos concluir, por consiguiente, que una terapia de nivel superior puede ser beneficiosa para alguien que aspire a los niveles transpersonal o de la Mente. Dichas terapias logran reducir con mucha rapidez el ISS de sus respectivos niveles, permitiendo así que la meditación avance más aceleradamente hacia niveles más profundos. Al mismo tiempo, existe un peligro para quienes aspiren al nivel de la Mente, ya que al barajar distintas terapias cabe la posibilidad de que la persona se sienta atraída por los juegos de los niveles superiores, en lugar de limitarse de ordenarlos *para abandonarlos con mayor facilidad*. No obstante, podemos afirmar que en general y

hasta que la meditación se haya estabilizado, las terapias adecuadas a los niveles superiores pueden ser sumamente provechosas. Sin embargo, cuando la meditación se ha estabilizado, sólo es recomendable recurrir a las terapias de los niveles superiores en el caso de que se dé alguna irrupción grave del ISS que perjudique la continuación de la meditación (como en el caso de la mujer y su visión del perro). Por último, una persona entregada a la meditación debe enfrentarse al hecho de que no dispondrá de recurso alguno y esto es precisamente lo que evitan las terapias de los niveles superiores. Al no disponer de ningún recurso, ninguna salida, ningún camino delante ni detrás, el individuo queda reducido a la simplicidad del momento, sin nada delante ni nada a su espalda. Sus fronteras se derrumban y, en palabras de san Agustín, «con un solo destello llega a lo que es». Cuando Fa-ch'ang se estaba muriendo, una ardilla chirrió desde el tejado y él dijo: «Eso es todo y nada más».

Dicho esto, las únicas «terapias» que nos quedan por considerar son las que se dirigen al nivel de la Mente. Para quienes deseen seguir a los místicos a dicho nivel, se trata de la más sublime de las aventuras, de la búsqueda del santo Grial, la piedra filosofal, el elixir de la inmortalidad, el juego mismo del maestro. El peligro no está ausente, pero ¿de qué viaje lo está? Como «terapia», no se diferencia de las demás; su propósito también es el de curar un determinado dualismo, en este caso el dualismo primario, el dualismo primordial, la separación entre el organismo y el medio ambiente, el sujeto y el objeto, el sol y la luna, el cielo y la tierra, la propia creación del hombre y de la mujer, la distinción entre el hombre interior y la individualidad externa, sacerdocio y reino, la descuartización primordial de la serpiente eterna, revivida en la actualidad exactamente igual que en los tiempos más remotos, mucho antes de que los dioses descendieran del monte Olimpo, de Meru y de Tabor para aconsejar a los mortales, mucho antes de que la tierra y el sol dejaran de formar parte de una sola masa incandescente en la remota oscuridad del espacio, punto no obstante presente a perpetuidad, sin fecha ni

duración, reviviéndose a sí mismo ahora, no una sola vez sino miles y miles de veces en este mismo instante. Y es precisamente aquí, en *este* instante, este perpetuo ahora, donde acaba la búsqueda, ya que resplandece con toda claridad que la meta, lo buscado, no es sino el propio buscador.

# 11. AQUELLO QUE ESTÁ SIEMPRE LISTO

Lluvia brumosa en el monte Lu,
y olas que refluyen en el río Che;
cuando todavía no has estado allí,
seguro que mucho debes lamentarlo;
pero de regreso a casa después de visitarlo,
¡qué evidente parece todo!
Lluvia brumosa en el monte Lu,
y olas que refluyen en el río Che.

SU TUNG-PO

A pesar de que, por pura conveniencia, hemos hablado de la Mente como «nivel más profundo» del espectro, en realidad no se trata de un nivel, ni mucho menos «profundo». El «nivel» de la Mente no está sepultado ni oculto en las oscuras profundidades de nuestra psique; por el contrario, el nivel de la Mente es nuestro estado presente y ordinario de conciencia, ya que por el hecho de ser infinita y abarcarlo absolutamente todo es compatible con todos los niveles o estados de conciencia imaginables. Es decir, que el «no nivel» de la Mente no puede ser un nivel determinado separado de los demás niveles, ya que esto impondría una limitación espacial sobre la Mente. La Mente es más bien la realidad que todo lo incluye aun siendo adimensional, de la cual cada nivel representa una desviación ilusoria. Es preciso subrayar que nuestro estado de conciencia cotidiano, presente —ya sea triste, feliz, deprimido, extático, agitado, tranquilo, preocupado o temeroso—, es, precisamente, sin más, el nivel de la Mente. Brahma no es una experiencia determinada, un nivel de la conciencia, ni un estado del alma, sino más bien el nivel preciso en el que

uno se halle en este momento y darse cuenta de que esto le confiere un profundo centro de paz que subyace y perdura a las peores depresiones, angustias y temores. A pesar de que nuestros conocimientos en el campo del misticismo puro, tanto oriental como occidental, se han ampliado enormemente a lo largo de las últimas décadas, todavía hay quienes, haciendo gala de una increíble idiotez, siguen distorsionando sus «doctrinas», alegando que los místicos son de otro mundo, sin contacto alguno con la realidad cotidiana (sin que se sepa muy bien lo que esto significa), egocentristas, sumidos permanentemente en estado de trance, etcétera. Esto no nos dice nada acerca del misticismo, pero bastante sobre la ignorancia de quienes se suman a esos increíbles puntos de vista; y además, ignora por completo las máximas de los grandes maestros de todas las tradiciones, de que «nuestra conciencia ordinaria y cotidiana, eso es el Tao».

No cabe duda de que a lo largo de la historia algunos místicos han llevado la vida recluida y ensimismada del ermitaño, pero ésta es una cuestión de estilo personal que no debe confundirse con el misticismo propiamente dicho, al igual que el estilo de vida de Rasputín no fue necesariamente el típico del cristianismo. En realidad, el ideal supremo del místico es el que expresa el bodhisattva en el budismo Mahayana, que ve la cabeza divina siempre y en todas partes, en cada persona, lugar y cosa, y que, por consiguiente, no necesita aislarse ni entrar en trance para encontrar a su «dios». La visión mística del bodhisattva es idéntica a lo que esté haciendo en cualquier momento dado, y tanto si está bailando, trabajando, llorando, riendo, como sufriendo profundamente, sabe que fundamentalmente «todo acabará bien y todos acabarán bien y todas las cosas acabarán bien», porque, como dijo Hakuin, «esta mismísima tierra es la tierra del loto de la pureza; y este cuerpo es el cuerpo de Buda».

Ahora bien, debido a que la Mente está siempre en todas partes, debido a que éste es ya siempre el caso, no es posible ni tiene sentido alguno «intentar hallarla» o «pretender alcanzarla», ya que esto sugeriría un desplazamiento desde un lu-

gar donde la Mente está ausente a otro donde esté presente, pero no hay lugar alguno de donde esté ausente. La Mente, por el hecho de ser omnipresente, no se encuentra en ningún lugar determinado donde podamos finalmente alcanzarla. Por consiguiente, jamás podremos alcanzar el no nivel de la Mente. Pero, por otra parte, tampoco podemos escapar de la misma.

> Puesto que (el buda) no tiene lugar constante en ninguna parte, nadie puede alcanzarlo ni dejar que escape.
>
> MA-TSU

> La verdadera paz y la felicidad eterna, la inmortalidad y la verdad universal, el camino del cielo y de la tierra, en otras palabras, la experiencia de lo absoluto e infinito o, en términos religiosos, el camino de buda; el gran error es pensar alcanzarlo en algún cielo u otro mundo. *Nunca abandonamos por un solo momento el camino. Lo que podemos abandonar no es el camino.*[1]
>
> AMAKUKI SESSAN

> Seguidlo y he aquí que se os escapa; huid de él y os sigue de cerca. No podéis poseerlo ni desprenderos de él... Por consiguiente, no es necesario sufrir ni preocuparse por estas cosas.[2]
>
> HUANG PO

> Si huyes del vacío, jamás te librarás de él; si buscas el vacío, nunca podrás alcanzarlo.[3]
>
> NIU-TOU FA-YUNG

> Como el vacío firmamento no tiene fronteras,
> sin embargo está aquí, siempre claro y sereno.
> Cuando pretendes alcanzarlo, no puedes verlo.
> No puedes asirlo,
> pero tampoco puedes perderlo.[4]
>
> YUNG-CHIA

Si la Mente, el Tao, o la cabeza divina, es lo que con tanto ardor perseguimos y, sin embargo, fuera de la Mente no hay absolutamente ningún lugar adonde ir, de ello se desprende que ¡ya estamos aquí! Ya somos uno con la cabeza divina, lo

que somos ahora es Mente. Como exclamó Dame Julian de Norwich:

> ¡Vedlo! Soy Dios. Ved que estoy en todas las cosas. ¡Vedlo! Lo hago todo. ¡Vedlo! Mis manos no abandonan nunca mis obras, ni nunca lo harán, a perpetuidad. ¡Vedlo! Conduzco cada cosa a su fin y la ordeno desde su sin comienzo, con el mismo poderío, sabiduría y amor con que os creé a vosotros. ¿Cómo podría algo andar mal?

O como declara Hakuin en *Zazan Wasan*:

> Todos los seres son desde el mismo principio budas:
> Es como el hielo y el agua,
> sin el agua no puede existir el hielo;
> fuera de los seres vivientes, ¿dónde hallaremos los budas?
> Sin darse cuenta de lo cerca que está la verdad,
> la gente la busca lejos; ¡qué pena!
> Son como aquel que, en el seno del agua,
> llora sediento, implorándola.

Y en palabras de Eckhart:

> La gente simple imagina que debemos ver a Dios como si estuviera en aquel lado y nosotros en éste. No es cierto; Dios y yo somos uno en mi acto de percepción.

O, según el ilustre Sri Ramana Maharashi:

> Debes desprenderte de la idea de que eres un *ajnani* (ignorante) y de que no has descubierto todavía el yo. Tú *eres* el yo. ¿Ha habido algún momento en que no fueras consciente de ser el yo?[5]

Así pues, seamos o no conscientes de ello, nos guste o no nos guste, nos preocupe o deje de hacerlo, lo comprendamos o no lo comprendamos, *somos* ELLO; siempre lo hemos sido y siempre lo seremos. Dice un poema Zenrin:

> Si comprendes, las cosas son sólo como son.
> Si no comprendes, las cosas son sólo como son.

Ahora bien, puesto que somos ELLO, jamás podremos alcanzarlo, cogerlo, tocarlo, asirlo ni encontrarlo, como no podemos correr tras nuestros propios pies. Por tanto, en cierto sentido, toda búsqueda de la Mente es a fin de cuentas vana. En palabras de Shankara:

> Puesto que Brahma constituye el yo de la persona, no es algo que la misma pueda alcanzar. Y aunque Brahma fuera algo completamente distinto del yo de la persona, tampoco sería posible alcanzarlo, ya que por su naturaleza omnipresente está en todos a perpetuidad.[6]

Y Ramana Maharashi:

> El yo es inalcanzable. Si se pudiera llegar a él, significaría que no está aquí y ahora, sino que todavía hay que alcanzarlo. Lo nuevo que se consiga también se perderá. Por consiguiente, será transitorio. No merece la pena luchar por lo que no es permanente. Por tanto, afirmo que el yo no se alcanza. Tú *eres* el yo; ya lo eres.[7]

Del invencible Rinzai, rey de los maestros del Zen:

> ¡Ah, ojos de topo, por qué desperdicias los piadosos dones de los devotos! ¿Crees que mereces llamarte monje, cuando todavía crees en esa errónea idea (del Zen)? ¡Te lo digo yo, déjate de budas, enseñanzas sagradas, disciplina y testimonio! ¿Qué buscas en casa del vecino? ¡Ah, ojos de topo! ¡Colocas otra cabeza sobre la tuya propia! ¿De qué carecéis en vosotros mismos? Ah, vosotros, seguidores de la verdad, lo que estáis utilizando en este mismo momento no es sino lo que le convierte a uno en patriarca o buda. Pero no me creéis y lo buscáis en otra parte.[8]

Y el propio maestro de Rinzai, Huang Po:

> Que no hay nada por alcanzar no es palabrería; es la verdad. Siempre habéis sido uno con el buda, por tanto, no pretendáis alcanzar dicha unicidad con diversos ejercicios. Si en este mismo momento fuerais capaces de convenceros a vosotros mismos de que es inalcanzable, con la certeza absoluta de que nunca puede alcanzarse literalmente nada, tendríais ya la mentalidad de *bodhi* (estaríais iluminados). ¡Duro es el significado de estas palabras! Es para que aprendáis

> a absteneros de buscar el estado de buda, ya que toda búsqueda está condenada al fracaso.[9]

A decir verdad, precisamente porque somos ELLO, no sólo toda búsqueda «está condenada al fracaso», sino que en realidad crea la impresión de que no lo poseemos. Con nuestra propia búsqueda, aparentemente lo alejamos, como si, erróneamente, empezáramos a buscar nuestra cabeza, lo que indicaría que la hemos perdido.

> Sólo la Mente única es el buda, y no hay distinción alguna entre el buda y los seres vivientes, a excepción de que los seres vivientes están vinculados a las formas y, por consiguiente, buscan el estado de buda en el exterior. Con su propia búsqueda lo pierden, ya que utilizan el buda para buscar al buda y usan la Mente para asir la Mente. Aunque pasen todo un evo intentándolo, jamás lograrán alcanzarlo.[10]

Del ilustre Bankei:

> Lo innato (Mente atemporal) está trabajando dentro de nosotros. La Mente de buda y nuestra mente no son dos. Los que aspiran a la iluminación instantánea o pretenden descubrir su propia mente y se esfuerzan por dichos fines, cometen un grave error... En el momento en que uno intenta descubrir el camino, alcanzar el estado de buda, se aleja de lo innato y deja de discernir lo que es innato en él.[11]

Por consiguiente, al buscar la Mente sale inevitablemente el tiro por la culata, debido a razones que deben ser ahora perfectamente evidentes. En primer lugar, intentar alcanzar significa buscar o perseguir algo, un objeto «externo» que podamos agarrar, ya sea material o espiritual, pero la Mente no es un objeto. Cualquier cosa que seamos capaces de pensar, percibir o asimilar objetivamente, no es, nunca ha sido ni jamás será esa subjetividad absoluta que es quien piensa, percibe y asimila. En segundo lugar, la búsqueda de algo supone su ausencia actual, pero —como lo aclaran ampliamente las citas anteriores— en este momento no carecemos de nada, y es sólo nuestra búsqueda errónea y ansiosa la que nos imprime

esa sensación de carencia, de modo que cuanto más buscamos con mayor fuerza sentimos la supuesta ausencia y, puesto que por ese camino nunca lo hallaremos, al cabo de algún tiempo caemos presa del pánico, lo que nos induce a redoblar nuestros esfuerzos, apretando así la soga alrededor de nuestro propio cuello. Y, en tercer lugar, la búsqueda se basa en la creencia implícita en algún logro futuro, la convicción de que si no alcanzamos hoy la salvación, la alcanzaremos con toda seguridad mañana, pero para la Mente no hay mañana, ni tiempo, ni pasado ni futuro, de modo que al perseguirla en un futuro imaginario lo único que hacemos es huir de la misma ahora, ya que la Mente no existe en ningún otro lugar más que en *este* momento atemporal. Como siempre, quienes aspiran a salvar su alma, con toda seguridad la perderán.

Por consiguiente, el problema estriba en que el objeto de nuestra búsqueda y el buscador de dicho objeto son en realidad una misma cosa, de modo que no hacemos más que perseguir nuestra propia cola, como en el caso de la serpiente encantada Ouroborous, prototipo de todos los círculos viciosos.

> Cuando la gente del mundo oye que los budas transmiten la doctrina de la Mente, suponen que hay algo que alcanzar o comprender aparte de la Mente, y a continuación utilizan la Mente para buscar el Dharma (la verdad), sin saber que la Mente y el objeto de su busca son una misma cosa. La Mente no se puede usar para alcanzar algo de la Mente; ya que entonces, transcurridos millones de evos, el día de la victoria todavía no habrá nacido.[12]

En pocas palabras, a quien andamos buscando no es otro que el observador. Y precisamente por ello nunca podrá ser conocido como objeto, ni buscado ni visto como tal. ELLO es el conocedor, el buscador, el observador.

> No puedes observar al observador observando, no puedes oír al oyente oyendo, ni percibir al percibidor percibiendo, ni conocer al conocedor conociendo.
>
> (*Brihadaranyaka Upanishad*, III.4.2)

Y en palabras del *Zenrin*:

> Como espada que corta, pero no puede cortarse a sí misma; como ojos que ven, pero no pueden verse a sí mismos.

Resumiendo, no podemos percibir nuestro yo. Y, sin embargo, ahí radica precisamente el problema, la génesis del dualismo primario, ya que *imaginamos* que vemos y conocemos nuestro yo, sin darnos cuenta de que todo lo que vemos y conocemos es un complejo de objetos percibidos y que, por consiguiente, no puede tratarse de nuestro yo; como dice Huang Po, «lo percibido no puede percibir». Wu Wei afirma categóricamente:

> Saber que uno mismo no posee cualidad objetiva alguna es algo que no tiene absolutamente nada de objetivo, está desprovisto de todo vestigio de objetividad, equivale indudablemente a saber, en términos metafísicos, que uno es tan sólo la propia ausencia, la mismísima ausencia, *de la ausencia*, la carencia absoluta de todo carácter, naturaleza o cualidad objetivos.[13]

Por consiguiente, podemos tener la seguridad absoluta e inequívoca de que cualquier «yo» del que seamos conscientes no es definitivamente nuestro yo. Dice Ramana Maharashi:

> El cuerpo físico que se compone de siete humores (*dhatus*), *no soy*; los cinco órganos cognitivos, a saber, los sentidos del oído, tacto, vista, gusto y olfato, que asimilan sus objetos respectivos, a saber, el sonido, la solidez, el color, el gusto y el olor, *no soy*; los cinco órganos sensoriales, a saber, los del habla, la locomoción, la prensión, la excreción y la procreación, cuyas funciones respectivas son las de hablar, moverse, agarrar, excretar y divertirse, *no soy*; los cinco aires vitales, *prana*, etcétera, que desempeñan respectivamente las cinco funciones de la respiración, etcétera, *no soy*; incluso la mente que piensa, *no soy*; asimismo la nesciencia... *no soy*.[14]

Lo que induce a Wei Wu Wei a preguntar:

> ¿No nos hemos dado cuenta de que un «yo» es sólo nuestro objeto, de percepción y de concepción, que no puede ser lo que somos?

Pero no nos damos cuenta de ello, a pesar de ser tan evidente, o quizá *debido a* que es tan evidente. No podemos oír al oyente, oler al oledor, sentir al sentidor, tocar al tocador, saborear al saboreador ni, por consiguiente, observar al observador. Pero *creemos* poder hacerlo; éste es precisamente el problema y la génesis del dualismo primario.

He ahí lo que ocurre: el observador, ESO EN UNO QUE CONOCE, en realidad no está separado de lo que observa, *es* lo que observa, ya que el conocedor ve una cosa siendo dicha cosa, como lo confirma santo Tomás de Aquino cuando dice que «el conocimiento tiene lugar en cuanto a que el objeto conocido está dentro del conocedor».[15] Esta página, por ejemplo, es idéntica a aquello en el lector que la está leyendo o, como lo expresó William James, «el papel observado y el observador del mismo no son más que dos nombres de un hecho indivisible».[16] Esto no significa que la página, el supuesto objeto de nuestra percepción, no exista en cierto sentido (como si cuando cierro los ojos desapareciera de la faz de la tierra), sino que *no existe como objeto «externo»*. Entre el observador y la página, el sujeto y el objeto, no hay brecha alguna, ninguna distancia, ¡ningún espacio!

Pero debido a que suponemos que somos capaces de ver al observador, como cuando decimos «sé quién soy» o «soy perfectamente consciente de mí mismo», debido precisamente a esta suposición de que el conocedor puede ver y conocer al observador, es perfectamente lógico y natural que tengamos la sensación de que dicho «observador», del que supuestamente somos conscientes, reside «dentro» de nosotros, como lo afirma llanamente Wittgenstein: «Lo que nos trastorna es nuestra tendencia a creer que la mente es un hombrecillo que llevamos dentro». Por tanto, parece como si dicho «observador», mi «yo», fuera algo aparte de lo que ve, y esto es el dualismo primario.

Dicho de otro modo, al imaginar que realmente vemos al observador, o que conocemos nuestro yo como objeto, convertimos aparentemente (es decir, ilusoriamente) nuestra subjetividad en un objeto denominado «yo», que es un com-

plejo de ideas (objetivas), sentimientos, identificaciones, evaluaciones, etcétera. Confundimos dicho complejo de objetos con la subjetividad, *tomamos lo que vemos por el que está viendo*, sin comprender que la subjetividad no es nunca un objeto excepto ilusoriamente, pues cuando uno ve su propio ojo es que tiene cataratas. Nuestro «yo», nuestro «ego», no es siquiera un auténtico sujeto. Puesto que podemos verlo y conocerlo objetivamente, dicho «sujeto» es un seudosujeto y dicho yo es un seudoyó, un simple caso de identidad errónea. Al estar identificado con dicho seudosujeto, todos los demás objetos me parecen ajenos; he ahí el dualismo primario.

Esta situación es *samsara*, la rueda de nacimiento y muerte, el cautiverio, el infierno de rayos y truenos, la agonía de *dukha*.

> Sufrís por vosotros mismos, sin que nada ajeno apremie,
> nada os ata a vivir y a morir
> y a girar en la rueda, y a abrazar y
> besar sus radios de agonía,
> su neumático de llanto, su cubo de la nada.

Wei Wu Wei resume dicho estado de cautiverio, de identificación con los objetos, como sigue:

> Nuestro estado de aparente cautiverio se debe a la identificación con una objetivación imaginaria del «yo» (es decir, Mente, testigo). Me identifico con mis yos, y todos mis yos son seres sensibles. Cuando pensamos o hablamos como desde el objeto con el que estamos ilusoriamente identificados, convertimos el sujeto en objeto.
>
> Mientras sigamos identificados con un objeto, persistirá el cautiverio.
>
> Mientras pensemos, actuemos, vivamos a través de un objeto, o como un objeto, persistirá el cautiverio.
>
> Mientras nos sintamos como objeto, o pensemos como tal (y el «yo» es un objeto), persistirá el cautiverio.
>
> Actuar en o a través del concepto fenoménico conocido como nuestro «yo» equivale a actuar en o a través de esa misma identificación falsa de la que pretendemos escapar. ¿No está claro que éste es el camino de *entrada* y no el de *salida*?[17]

En pocas palabras, eso en nosotros que en estos momentos ve, conoce, está leyendo esta página, eso es la cabeza divina, la Mente, Brahma, y no puede ser visto ni conocido como objeto, por la misma razón que un ojo no puede verse a sí mismo. Lo que uno sepa sobre su «yo» es un objeto; lo que uno ve, piensa y siente acerca de su «yo» es un complejo de objetos percibidos: el «ego». Lo que es visto es el ego; lo que mira es la Mente. Inadvertidamente, nos hemos identificado con lo primero, con lo que puede ser visto, con el ego, el centauro, la persona, etcétera. Por consiguiente, he ahí una vez más el dualismo primario.

Separados así del medio ambiente, éste se convierte en una amenaza. Ya hemos visto que este dualismo primario inicia la polémica entre el ser y la nulidad, que a su vez conduce a la represión de la muerte por parte del hombre y a su perpetua batalla con el universo, procurando desesperadamente crear la máxima distancia (llamada «seguridad») posible entre sí mismo y el medio ambiente, empujado por el miedo y el terror. Lo lamentable no es lo dura y violenta que pueda ser la batalla, sino el hecho de que su causa sea ilusoria. El yo independiente simplemente no está ahí para ser protegido, prolongado o salvado, de modo que desperdiciamos nuestras vidas en un intento vano por salvar lo inexistente.

¿Por qué sois desgraciados?
Porque el 99,9 por ciento
de todo lo que pensáis
y todo lo que hacéis
es para vuestro yo...
y ahí no hay nadie.[18]

Si ahora, mientras lee esta página, el lector decide buscar «detrás» de su «yo» para averiguar quién está realmente mirando, para hallar al perceptor, al observador, lo único que encontrará será ¡esta página! «Tanto si lo que uno ve son ondas como si son partículas, ciclones o huevos al plato... todo son objetos, y lo que cree estar viendo, a fin de cuentas, eso es

lo que está mirando...»[19] Pero cuando esto ocurra (y está sucediendo ahora), no habrá ningún yo como *sujeto* ni ninguna página como *objeto*, ya que tanto sujeto como objeto se habrán perdido en la subjetividad no dual, estado que intentamos expresar inadecuadamente al decir que en este momento el lector es la página leyéndose a sí misma. Ahora, más allá de toda dualidad, *todos los objetos son sus propios sujetos*, puesto que el sujeto y el objeto no son más que dos formas distintas de enfocar esta realidad llamada Mente.

Esa división, esa brecha entre sujeto y objeto, ese dualismo primario, constituye el inicio del espectro de la conciencia y sigue operando a través de todos los niveles, con la formación de esa irreductible aunque ilusoria desvinculación entre el pensador y lo pensado, el conocedor y lo conocido, el que siente y los sentimientos, yo y mí, psique y soma, voluntario e involuntario, lo que es y lo que debería ser. Resumiendo, marca la persistente sensación de un «yo» aparte y cada nivel del espectro no es más que una simple variación de este dualismo primordial básico, caracterizado por una restricción permanentemente creciente del sentido de identidad, o seudosubjetividad, desde el universo al organismo, al ego y a partes del ego.

Ahora bien, este *espacio*, esta brecha entre el sujeto y el objeto, tiene necesariamente un componente *temporal*, ya que el espacio y el tiempo no son absolutos newtonianos sino un continuo. El componente temporal del dualismo primario no es sino el *dualismo secundario*, el dualismo de la vida frente a la muerte. Hasta ahora hemos hablado de los dualismos primario y secundario como si fueran independientes entre sí, pero esto no es más que una conveniencia exegética, un artilugio que permite relatar la compleja historia de la generación del espectro de la conciencia con mayor facilidad. Pero, en realidad, a partir del momento en que el hombre vive en el espacio (dualismo primario), lo hace también en el tiempo (dualismo secundario).

Recordemos que el dualismo secundario obliga al hombre a abandonar el ahora atemporal, donde la vida y la muerte

son uno, para entrar en el mundo temporal imaginario en el que lucha por huir de una muerte ilusoria, asegurando para sí un futuro de fantasía. Esto significa que vivir en el momento atemporal equivale a no tener futuro y carecer de futuro es morir, pero el hombre es incapaz de aceptar la muerte y, por consiguiente, no puede vivir en el ahora atemporal. Por tanto, el dualismo secundario, que separa la vida de la muerte, es el progenitor del tiempo. Pero la vida del hombre en el tiempo (dualismo secundario) no es más que la otra cara de la moneda de su vida en el espacio (dualismo primario), ya que a partir del momento en que el hombre amputa su organismo de su medio ambiente (dualismo primario), emerge simultáneamente el problema del ser frente a la nulidad, de la existencia frente a la inexistencia, de la vida frente a la muerte; es decir, el problema del tiempo. Dicho de otro modo, cuando el hombre es uno con el universo (sin dualismo primario), no existe absolutamente nada ajeno a él que amenace su existencia, ni por consiguiente la polémica del ser frente a la nulidad (sin dualismo secundario). Asimismo, cuando la vida y la muerte se ven como uno (sin dualismo secundario), no existe absolutamente nada que amenace la existencia del hombre, ni, por consiguiente, nada ajeno a él que pueda llegar a hacerlo; es decir, que no hay brecha alguna entre el hombre y el universo (sin dualismo primario).

En pocas palabras, *la separación entre el lector y esta página es la misma que existe entre el individuo y el momento actual*. Si el individuo lograra vivir totalmente en el ahora, él y esta página (así como todos sus demás «objetos») serían uno y, recíprocamente, si el individuo y esta página fueran uno, estaría viviendo en el ahora. Los dualismos primario y secundario no son más que dos modos de describir esta única brecha espacio/tiempo.

Por tanto, es evidente que no hay forma de hallar la Mente en el espacio, buscándola como si se tratara de un objeto «ajeno», ni buscándola en el tiempo como si fuera un suceso futuro. Es decir, así como no hay camino alguno que conduzca a AQUÍ, tampoco lo hay para llegar al AHORA. En realidad,

cualquier Mente, Dios o Brahma que descubramos en el tiempo será un ser estrictamente temporal y no la cabeza divina propiamente dicha. La mayoría de nosotros tenemos la sensación de que en este momento la Mente está ausente, pero que el día de mañana la encontraremos si realizamos el esfuerzo necesario. Pero la Mente que encontremos mañana tendrá necesariamente un principio en el tiempo, ya que parece ausente hoy aunque presente mañana. Hablando con propiedad, no podemos entrar en la eternidad, puesto que la eternidad está siempre presente y cualquier estado en el que podamos *entrar* es puramente temporal. Encontraremos el ELLO ahora, o no lo encontraremos en absoluto.

> Hsuan-tse oyó hablar de un maestro de la meditación llamado Chih-huang y cuando fue a visitarlo, Chih-huang estaba meditando.
>
> —¿Qué estás haciendo? —le preguntó Hsuan-tse.
>
> —Estoy entrando en samadhi (unión atemporal con el universo) —respondió Chih-huang.
>
> —Hablas de *entrar*, pero ¿cómo *entras* en samadhi, con la mente pensando o sin pensar? Si me respondes que sin pensar, todos los seres no sensibles como las plantas o los ladrillos podrían alcanzar samadhi. Si me respondes que pensando, todos los seres sensibles podrían alcanzarlo.
>
> —El caso es —respondió Chih-huang— que no soy consciente de estar pensando ni de no hacerlo.
>
> Hsuan-tse emitió inmediatamente su veredicto:
>
> —Si no eres consciente de lo uno ni de lo otro, en realidad estás permanentemente en samadhi; ¿por qué te molestas siquiera en hablar de *entrar o salir del mismo*? Sin embargo, si hay una *entrada o una salida*, no se trata del gran samadhi.[20]

El gran maestro Shankara insistía igualmente en dicho punto:

> Si Brahma estuviera restringido como suplementario para ciertos actos y se supusiera que la liberación (*moksha*) era el efecto de dichos actos, sería temporal y habría que considerarlo sólo como algo que ocupa una posición preponderante entre los frutos temporales de los actos descritos, con sus diversos niveles. Sin embargo, la libera-

> ción es eterna... La liberación manifiesta la naturaleza del yo eternamente libre, (y) no se le pueden atribuir las imperfecciones de la temporalidad.[21]

En otras palabras, toda liberación o «descubrimiento» de la Mente que tenga un principio en el tiempo, no es en absoluto una liberación. La liberación no es una esperanza futura, sino un hecho presente. Puesto que todo dualismo es ilusorio, no existe nada que realmente nos sujete, ninguna cadena que romper, ninguna libertad que alcanzar.

> Monje:
> —¿Cómo nos liberamos (de la agonía) del triple mundo?
> Tien-lung:
> —¿Dónde estás en este mismo momento?
>
> Tao-hsin:
> —¡Te lo ruego, muéstrame el camino de la liberación!
> Seng-tsan:
> —¿Quién te sujeta?
> Tao-hsin:
> —Nadie.
> Seng-tsan:
> —En tal caso, ¿por qué preguntas por la liberación?

Quizás Alan Watts fue quien lo resumió con mayor acierto, cuando afirmó que «todo lo que es necesario experimentar para alcanzar la conciencia cósmica está ya presente, y cualquier cosa adicional es obstructiva y redundante».[22] Cualquier «como», cualquier «medio», cualquier «camino», si conduce a algún lugar es para *alejarse* del ahora. Esto refleja el hecho de que, en palabras de Nagarajuna, «no hay diferencia alguna entre *nirvana* y *samsara*; no hay diferencia alguna entre *samsara* y *nirvana*», y en las de Dogen, de que «la meta y el camino son uno», así como las declaraciones de los maestros de todas las tradiciones, según las cuales la iluminación y la ignorancia, la realidad y la ilusión, el cielo y el infierno, la liberación y el cautiverio son todos no duales e inseparables. Así pues, «nos encontramos ya donde cualquier camino pudiera conducirnos».

Sin embargo, la mayoría de nosotros nos encontramos en la misma situación que la del hombre que creía que la tierra era plana y no se convenció de su error hasta que dio la vuelta al mundo, para acabar exactamente donde había empezado. Nosotros estamos convencidos de que la Mente está ausente y por ello la perseguimos a través de un tipo u otro de «ejercicios espirituales», hasta que por fin acabamos en nuestro punto de partida. Aquí y ahora. En palabras de Huang Po:

> Aunque uno siga una por una todas las etapas del progreso de un bodhisattva hacia el estado de buda, cuando por fin —en un simple destello— alcance una comprensión plena, sólo descubrirá la naturaleza de buda que ha estado siempre presente y todas las etapas anteriores no le habrán agregado absolutamente nada. Todos aquellos evos de trabajo y logro no le parecerán mejores que los actos irreales realizados en un sueño.[23]

Pero si creemos que la tierra es plana, que la naturaleza de buda está ausente, nuestra única alternativa real es la de empezar a viajar. Los medios a través de los que viajamos «hacia» la Mente son conocidos técnicamente con el nombre de *upaya*, «medios habilidosos», término frecuentemente traducido por «artificio», porque nos convencemos artificiosamente a nosotros mismos de buscar algo que nunca hemos perdido. *Upaya*, o medios habilidosos, constituye precisamente ese experimento que, si se lleva a cabo en el laboratorio personal, le permitirá al individuo decidir por sí mismo si la Mente existe o no. Este experimento, como todo experimento científico, consiste en un conjunto de preceptos o instrucciones, que el individuo es libre de seguir o rechazar; pero en el caso de que los rechace, en honor a la honradez científica, no deberá emitir juicio alguno respecto a la experiencia de sólo Mente. Si algún científico califica sólo Mente de pamplinas místicas sin realizar personalmente dicho experimento, su conducta es tan abiertamente anticientífica como si rechazara los datos experimentales de algún colega sin repetir personalmente su experimento. Estos *upaya*, que de ahora en adelante traduciremos

por experimentos habilidosos, son perfectamente inteligibles, razonables y científicos, y cualquier positivista lógico o científico que los rechace sólo podrá hacerlo desde una base puramente anticientífica y emocional.

A lo largo de los siglos se ha desarrollado una cantidad considerable de experimentos habilidosos, pero nos atrevemos a afirmar que sus «ingredientes activos» o factores esenciales son muy semejantes en todos ellos.[24] Para documentar esta afirmación, presentaremos a continuación un informe bastante detallado de las formas más destacables del experimento habilidoso, señalando las similitudes esenciales entre las mismas.

Empecemos con el doctor Hubert Benoit, cuyo experimento habilidoso incorpora un particular «gesto interno», que cuando se realiza fiel y repetidamente, permite darse cuenta de que «cada uno de nosotros vive en estado de satori y no podría vivir de otro modo... (Porque) es nuestro estado eterno, independiente de nuestro nacimiento y de nuestra muerte».[25] El estudio de Benoit de dicho «gesto interno» se dedica principalmente

> a analizar los procesos internos que ahora condicionan nuestra ilusión de no vivir en estado de satori. Veremos que se trata de nuestros procesos emotivoimaginativos —en los que se desintegra nuestra energía vital— y procuraremos definir claramente el funcionamiento incompleto de nuestra atención, que a su vez condiciona dichos procesos emotivoimaginativos.[26]

A lo largo de este libro hemos descrito estos «procesos que ahora condicionan nuestra ilusión de no vivir en el estado de satori» y, en pocas palabras, hemos señalado que consisten en nuestra tendencia a la conceptualización, objetivación y al dualismo, que Benoit denomina simplemente nuestros «procesos emotivoimaginativos» y que conducen a que «me identifique sólo con mi organismo y no con el resto de la manifestación». De modo que, a fin de percibir nuestra identidad cósmica fundamental, debemos abdicar —por lo menos

*temporalmente*— de todos nuestros conceptos, imágenes mentales y objetos mentales. Pero para hacerlo con eficacia —y éste es el experimento o gesto interno— primero debemos comprender el proceso psicológico que nos condiciona para seguir formando pensamientos, conceptos e imágenes, toda esa «charla mental» y «conversaciones consigo mismo» que parecen tener lugar permanentemente en nuestra cabeza. A modo de dato experimental, uno puede dejar de leer momentáneamente y comprobará que sigue pensando y charlando consigo mismo. Asimismo, a no ser que realice un desmesurado esfuerzo, no logrará detener esa charla mental ni ese calidoscopio de ideas y pensamientos que circulan por la mente, porque la propia idea de dejar de charlar no es más que otro componente de dicha charla. Éste es el viejo truco de «durante los próximos diez segundos no piense en la palabra "mono"». *Este* enfoque nunca podrá funcionar, porque pasaremos todo el tiempo pensando en no pensar.

Por el contrario, es preciso que comprendamos el proceso que da lugar a la conceptualización para poder cortarlo por la base, y Benoit lo ha señalado. Para comprender su explicación, sólo debemos recordar que Benoit trabaja en el marco de la «movilización de la energía»; es decir, que en cada instante nuestra energía emerge permanentemente desde «abajo», desde el nivel de la Mente, donde dicha energía pura, informe, no objetiva, atemporal e inespacial opera ahora, «en un momento sin duración». Esta energía, al movilizarse, parece «brotar» del interior y cuando pasa por el nivel existencial/biosocial, comienza a tomar *forma* como *pensamientos* y dirección como *emociones*, y estos «procesos emotivoimaginativos» actúan para desintegrar y dispersar nuestra energía.

Es muy importante comprender esto con la mayor claridad y precisión posibles, ya que de lo contrario la explicación de Benoit nos pasará totalmente desapercibida. Esta «movilización de la energía» y su subsiguiente «desintegración en formas» de pensamiento y emoción nos está ocurriendo en este momento, en todos y cada uno de los momentos, pero hay situaciones en las que es más fácilmente detectable. Por ejem-

plo, si me acerco a alguien por la espalda y doy un grito, durante unos pocos segundos el individuo permanecerá inmóvil, a pesar de haberme oído, y durante este breve período puede que experimente una especie de atención pasiva o relajada, que no tardará en estallar para convertirse en una sensación de suave sobresalto (o algo parecido), acompañada de un torbellino de pensamientos y emociones (proceso emotivoimaginativo). En aquellos escasos segundos de concienciamiento pasivo, la energía comenzaba a movilizarse, pero no se experimentaba todavía como sobresalto o ligero terror; era pura y carente de forma, antes de desintegrarse más adelante en pensamientos y emociones de sobresalto y de temor.

Otro ejemplo muy simple sería el de un frágil objeto de cristal que cayera accidentalmente de una estantería; a uno se le moviliza instantáneamente la energía y, con un movimiento rápido y completamente espontáneo, corre para coger dicho objeto, sin que una sola idea, pensamiento o intención cruce por su mente. Sólo después de haber recogido el objeto empieza uno a pensar en lo ocurrido, se da cuenta de lo que ha hecho y entonces empieza a latirle con fuerza el corazón, se le llena la mente de pensamientos y sólo entonces comienza a desintegrarse la energía en pensamientos y emociones. Éstos son dos casos extremos de lo que ocurre constantemente, ya que nuestra energía se ve en todo momento absorbida por ideas, conceptos, pensamientos, emociones y objetos mentales, introduciendo así una pantalla entre el yo y la realidad. En preciso eliminar esta pantalla y, para ello, debemos comprender el proceso de su elaboración. ¿Qué proceso condiciona la desintegración de nuestra energía en formas emotivoimaginativas? Benoit responde:

> Este íntimo proceso es la forma pasiva en que mi atención funciona. *Debido a que mi atención es pasiva, se ve alertada por una movilización de energía ya producida*, en una etapa posterior en la que ya no queda nada por hacer más que desintegrar dicha energía. Mi atención (ordinaria) no está, en efecto, en un estado de vigilancia autónoma, incondicional; sólo la despiertan las movilizaciones de energía de mi organismo y su despertar está condicionado por estas movilizaciones.

> Por consiguiente, me encuentro siempre frente a un hecho consumado. Tan pronto ha transcurrido el momento sin duración en el que brota la energía, todavía informe, desde la no manifestación, es como si el mundo formal (de pensamientos y conceptos) absorbiera tal energía; se ha desperdiciado la oportunidad (de ponerse en contacto con la realidad). La desintegración en formas emotivoimaginativas es inevitable. Mi energía está ahora en el dominio donde reina mi identificación egocentrista (nivel egoico).[27]

Y, evidentemente, cuando nuestra energía se encuentra en el nivel egoico, muestra tanta relación con la realidad como un círculo cuadrado, ya que aquí la energía se ve envuelta en pensamientos, símbolos y mapas, que nos impiden ver directamente el territorio. Después de que estos pensamientos hayan emergido, de nada sirve intentar desprenderse de ellos, reprimirlos o rechazarlos, ya que esto sólo conduce al dualismo cuaternario y, en lugar de reprimir dichos pensamientos, lo único que logramos reprimir es la *pertenencia* de los mismos y, por consiguiente, proyectarlos. En palabras de Hui Neng, «reprimir el funcionamiento de la mente... es una enfermedad y no Zen». Una vez han aparecido las formas del pensamiento, es demasiado tarde para hacer algo al respecto, a pesar de que la mayoría lo intentamos, que es como decir que no nos enfurezcamos con el tigre hasta que nos arranque la cabeza de un mordisco.

Por consiguiente, lo que Benoit nos aconseja no es que reprimamos el pensamiento, sino que evoquemos el «gesto interno» que impide la emergencia de pensamientos formales, cortándolos por la base:

> Mi atención no debe despertar con la movilización de mi energía, sino antes; y esto se realiza cuando, en lugar de observar los procesos emotivoimaginativos que se producen, contemplo los procesos que están a punto de producirse. *Esto se realiza cuando, en lugar de mantenerme pasivamente atento a la movilización de mi energía y su futura desintegración, presto activamente atención para percibir el propio nacimiento de mi energía. Una nueva vigilancia supervisa ahora la movilización de la energía.* Simplificando, una atención activa está ahora a la espera del advenimiento de mis movimientos interiores. Ya no son

> mis emociones lo que me interesa, sino su nacimiento; ya no es su movimiento lo que me interesa, sino ese otro movimiento informe que constituye el nacimiento de su movimiento formal.[28]

El genio de Benoit ha tenido el acierto de señalar que, cuando nuestra atención opera en el modo pasivo, ello condiciona la emergencia de pensamientos conceptuales, mientras que, por el contrario, cuando nuestra atención opera de un modo activo y vigilante, *impide la emergencia de pensamiento/conceptos*, ya que dicha atención activa no permite la desintegración de nuestra energía en formas emotivoimaginativas. Más adelante ampliaremos este discurso para que el lector comprenda exactamente lo que esto supone, pero por ahora debemos advertirle que, cuando nuestra atención opera en el modo activo que Benoit describe, no hay *absolutamente nada objetivo que percibir*. Con la atención en su modo activo, los objetos mentales (pensamientos) no emergen y, puesto que es la pantalla de la conceptualización lo que parece separarme del mundo, cuando dichos objetos conceptuales dejan de emerger en mi mente, «yo» y el «mundo» dejamos de estar separados, «yo» y el «mundo» somos uno en este acto visual puramente no conceptual. Por consiguiente, no existe ningún mundo *objetivo* «externo» que percibir; el «mundo se mira a sí mismo» de un modo no dual. Existe la *observación*, pero nada *objetivo* que observar. Benoit lo explica como sigue:

> Nuestra atención, cuando funciona en el modo activo, es atención pura, sin objeto manifiesto. Mi movilización de energía no es perceptible en sí misma, sino sólo en los efectos de su desintegración, las imágenes (pensamientos, conceptos, objetos mentales, etcétera). Pero esta desintegración sólo tiene lugar cuando mi atención opera en el modo pasivo; la atención activa impide dicha desintegración. Por consiguiente, cuando mi atención opera en el modo activo, no hay nada que percibir...[29]

A continuación Benoit nos ofrece un ejemplo de lo dicho y al mismo tiempo describe exactamente lo que supone dicha «atención activa»:

> Es fácil para mí verificar concretamente que esa atención activa en mi mundo interior carece de objeto. Si ante mi monólogo interno (nuestra incesante charla con nosotros mismos), adopto la actitud de un auditor activo que autoriza que dicho monólogo diga lo que desee y como se le antoje, si adopto la actitud que definiría la fórmula «habla, te escucho», observo que mi monólogo se detiene (sin fuerza ni represión por mi parte). No vuelve a empezar hasta que cesa mi actitud de vigilante expectación.[30]

Es esta «actitud de vigilante expectación» la que constituye el «gesto interno» que trunca los pensamientos conceptuales y nos pone, por consiguiente, en contacto directo con la realidad. Benoit describe este gesto interno de atención activa de varias maneras, una de ellas la anteriormente descrita y otra la que figura a continuación:

> Es claramente imposible describir esta presencia dentro de uno mismo, que es la percepción (activa) inmediata e *in*formal... debido precisamente a su carácter informe. Supongamos que le pregunto a alguien: «¿Cómo se siente en este momento?». Me responderá: «¿Desde qué punto de vista? ¿Físico o moral?». Y yo le diré: «Desde todos los puntos de vista simultáneamente, ¿cómo se siente?». Se producirá un silencio de un par de segundos y a continuación dirá, por ejemplo: «No del todo mal», o «tirando», o «muy bien», o algo por el estilo... De los dos segundos de silencio, el último no nos interesa porque ha sido utilizado para darle forma (pensamiento) expresiva a la percepción...; *habrá abandonado ya esa presencia interior que nos interesa*. Es durante el primer segundo cuando uno percibe lo que está realmente en cuestión en todo momento y de lo que uno es habitualmente inconsciente, siendo sólo consciente de las formas (pensamientos/objetos) derivadas de dicha percepción inconsciente... Si después de leer esto alguien intenta alcanzar esa percepción informe de la que estamos hablando, quede advertido de que existen mil modos distintos de creer que uno lo ha conseguido, sin que eso sea cierto; el error es siempre el mismo y consiste en una complicación u otra relacionada con las formas; uno no es lo suficientemente cándido.[31]

En otro lugar, Benoit nos ofrece todavía otra descripción de ese gesto interno de concienciamiento vigilante:

> Este gesto... es como una mirada dirigida al pleno centro de mi mundo interior, perforando el plano de dicho mundo hacia aquello que me es desconocido. Dicha mirada, puesto que no prefiere objeto alguno, puesto que ha sido lanzada sin ninguna idea preconcebida hacia no importa qué, no se encuentra con nada (objetivo) y por consiguiente conduce, sin habérmelo propuesto, a la suspensión de mi película imaginativa. Es una interrogación total, sin ninguna expresión formal determinada, que permanece sin respuesta, puesto que no es portadora de ninguna. Es un reto que no va dirigido a nadie ni se encuentra con nadie; es *una atención a todo, que carece de objeto*. La suspensión de mi película imaginativa, obtenida así sin proponérmelo, es instantánea; es un destello atemporal carente de duración en el corazón del tiempo...[32]

Las tres descripciones anteriores de Benoit se refieren al mismo gesto interno, que conduce a la suspensión de la visión dualista, del «yo» observando «objetos» o «conceptos» —en una palabra, *suspende el pensamiento sin reprimirlo*—, y éste es el quid de la cuestión. Cuando aplico la totalidad de mi concienciamiento activo a mis pensamientos, cuando digo «hablad, os estoy escuchando», cuando permito que emerja cualquier pensamiento que lo desee, y a continuación *escucho* y *observo* activamente a la espera de que aparezca, no emerge ninguno. Como lo ha señalado Benoit, mi proceso pensante se pone de nuevo en funcionamiento en el momento en que abandono mi actitud de «hablad, os estoy escuchando». Resume dicho gesto interno afirmando que «*se realiza cuando autorizo la totalidad de mis tendencias antes de la aparición consciente de cualquiera de ellas; y entonces no aparece ninguna*».[33] Y cuando ninguna de estas tendencias emotivoimaginativas aparece como objeto consciente, estoy anclado en una pura conciencia orgánica no dual, «gracias a lo cual ya soy virtualmente libre».

Analicemos ahora el gesto interno de Benoit de la atención vigilante sin objeto y señalemos los factores esenciales que, como comprobaremos, todos los experimentos habilidosos tienen en común. Básicamente son tres:

1) Atención activa: Género especial de vigilancia intensa

pero relajada, que podemos describir como una actitud de «hablad, os estoy escuchando», como autorización o aceptación *total* de mis tendencias, como vigilancia y observación activa dirigida al nacimiento mismo de pensamientos y emociones. Es una atención/autorización abrasadora a lo que es ahora, observando el dentro y el fuera con absoluta igualdad. Cuando esta atención activa se lleva a cabo correctamente, conduce a:

2) La parada: Suspensión del pensamiento, de la conceptualización, la objetivación, la charla mental. Esta «parada» es, en efecto, la suspensión del primer modo de conocimiento, del conocimiento dualista y simbolicocartográfico que acaba por distorsionar la realidad. Resumiendo, es la *parada del dualismo primario*. Es la suspensión del espacio, del tiempo, de la forma y del dualismo, en cuyas condiciones impera un silencio mental absoluto. *Esto es permanecer con lo que es*. La condición de «permanecer» en esa «esencia», ese silencio, esa tranquilidad, es lo que denominamos (según Huang Po) «estar sentados en una bodhimandala»; es decir, estar en una situación en la que la iluminación puede emerger en cualquier instante.[34] Si la «parada» es nítida y completa, conduce al:

3) Concienciamiento pasivo: Forma especial de ver que consiste en *mirar a la nada*. «Mirar a la nada; he ahí la visión verdadera y la visión eterna.»[35] Una vez más, este concienciamiento, esta forma de ver, no consiste en mirar en blanco o al vacío, sino en no mirar nada *objetivo*; se trata de un puro concienciamiento atemporal desprovisto del dualismo primario de sujeto frente a objeto, y, por consiguiente, completo en sí, sin nada objetivo ni ajeno. Puesto que nada es ajeno, opera sin esfuerzo alguno, de un modo completamente espontáneo, sin referencia al pasado ni al futuro. Opera por encima del espacio/tiempo en el ahora absoluto, sin señalar ni ver nada más allá de sí mismo. En otras palabras, se trata del segundo modo de conocer, de conocerlo todo sin separación de nada. Y un instante de este concienciamiento puro *es* la propia Mente. Nos demos o no cuenta de ello, éste *es ya siempre el caso*.[36]

Éstos son los tres factores esenciales en todo experimento habilidoso y, a pesar de que adoptan una asombrosa diversidad de formas, son claramente discernibles en casi toda *upaya* principal. Para documentar este punto, recurramos ahora a Krishnamurti.

Puede que nadie haya descrito el significado del concienciamiento pasivo (factor 3) con la claridad, percepción y profundidad de Krishnamurti. Durante más de medio siglo, este increíble personaje, cuyos discursos han sido comparados por Aldous Huxley a los del propio Buda, ha viajado por el mundo hablándole a la gente de la necesidad de ese concienciamiento pasivo, sin elecciones y, sin embargo, intensamente vigilante, no contaminado por el pensamiento, por símbolos ni dualidad alguna, un concienciamiento del *ahora*, de *lo que es*, y no de lo que fue, será, sería, debería y podría ser. *Lo que es*, es real, y sólo conociendo *dicha* realidad alcanzamos nuestra liberación:

> Lo real está cerca, no es preciso buscarlo; y el que persigue la verdad nunca la encontrará. La verdad está en lo que *es*, y éste es su encanto. Pero en el momento en que uno la concibe, en el momento en que la persigue, comienza a luchar; y el hombre que lucha es incapaz de comprender. Ésta es la razón por la que debemos permanecer inmóviles, atentos, pasivamente conscientes.[37]

Pero quienes oyen a Krishnamurti preguntan invariablemente: «¿*Cómo* alcanzar ese concienciamiento que me liberará?». Y Krishnamurti responde que el mero hecho de buscar el *cómo* le *aleja* a uno de *lo que es* ahora y, por consiguiente, el propio deseo impide el concienciamiento. No puede haber preparación para lo que ya es siempre.

> ¿Puede uno descubrir inmediatamente la verdad sin preparación alguna? Yo digo que sí, y no como producto de una sofisticada mente ni de ilusión alguna; experimentad con ello psicológicamente y lo descubriréis. Tomad cualquier reto, cualquier pequeño incidente —sin esperar a que se presente una crisis importante— y comprobad cómo reaccionáis. Sed conscientes del mismo, de vuestra reacción, de vues-

> tras intenciones, de vuestras actitudes y las comprenderéis, comprenderéis vuestro sustrato. Os lo aseguro, podéis hacerlo inmediatamente si le dedicáis toda vuestra atención. Si buscáis el pleno significado de vuestro sustrato, lo hallaréis, y entonces descubriréis inesperadamente la verdad, la comprensión de vuestro problema. La comprensión nace del ahora, del presente, que es siempre atemporal... Limitarse a postergarlo, prepararse para recibir mañana lo que es, le impide a uno comprender lo que es *ahora*... Os estaréis preparando para comprender mañana lo que sólo se puede comprender en el «ahora». Por consiguiente, nunca comprenderéis. Percibir la verdad no exige ninguna preparación; la preparación significa tiempo y el tiempo no es el medio para comprender la verdad. El tiempo es continuo y la verdad es atemporal...[38]

Además, Krishnamurti afirma, al igual que todos los auténticos metafísicos, que «Dios o la verdad no es algo en lo que se pueda pensar. Si uno lo piensa, no es la verdad». No conocemos la verdad de lo que es porque la eludimos, la ofuscamos con el pensamiento y con los símbolos que dividen y acuchillan el corazón de la realidad, dejándonos aferrados a fantasmas fragmentarios, confundidos, frustrados y desalentados. Y a continuación buscamos un camino que nos permita salir de dicha confusión, procurando eludir una vez más lo que es.

> ¡Cuán anhelosos estamos por resolver nuestros problemas! ¡Con cuánta insistencia buscamos una respuesta, una salida, un remedio! Nunca consideramos el problema en sí, pero buscamos a tientas, con agitación y angustia, una respuesta... Buscar la respuesta equivale a eludir el problema, que es exactamente lo que la mayoría hacemos... La solución no es independiente del problema; la solución está *en* el problema (ya que eso es *lo que es ahora*), no fuera de él. Si la solución es independiente del tema principal, no hacemos más que crear otros problemas: el problema de cómo asimilar la respuesta, cómo llevarla a cabo, cómo ponerla en práctica, etcétera.[39]

Por ejemplo, supongamos que en este momento siento un profundo miedo. La mayoría de nosotros no queremos ser *conscientes* del miedo, queremos *alejarnos* de él. No queremos observarlo, queremos negarlo. Sin embargo, esto sólo se

puede llevar a cabo si «yo» y el «miedo» somos dos cosas distintas, sólo si existe un dualismo primario de conocedor y conocido, experimentador y experimentado, sujeto y objeto. Pero aquí radica precisamente el problema, ya que si este dualismo primario es en efecto ilusorio, si en realidad *soy* mi experiencia actual en lugar de *tenerla*, en tal caso «yo» y «el miedo», en este momento, somos exactamente el mismo proceso, de modo que es tan imposible separarme de mi miedo como de mi cabeza. Si veo que *soy* el miedo, entonces éste deja de amenazarme y dominarme, ya que deja de existir un «yo» separado del «miedo» que pueda ser dominado o amenazado. El miedo deja de asustar. Por el contrario, si intento alejarme del miedo, en realidad no hago más que *tener miedo* del miedo y el miedo intenta dividirse en dos a fin de huir de sí mismo. Esto, evidentemente, es el dualismo primario, y en este círculo vicioso del pensador frente a lo pensado, el experimentador a lo experimentado y el observador a lo observado, el miedo puede dividirse y multiplicarse en proporciones aterradoras, en un esfuerzo vano por huir de sí mismo. Resumiendo, intentar escapar del miedo es en sí miedo.

Krishnamurti insiste una y otra vez en este punto, ya sea hablando del miedo, de la ira, los celos o el sufrimiento; no podemos atajar el dolor o el miedo eludiéndolo, sino reconociendo que lo *somos*.

> Ahora eres plenamente consciente del sufrimiento. ¿Es dicho sufrimiento independiente de ti y, por consiguiente, no eres más que el observador que lo percibe, o el sufrimiento eres *tú*?
>
> Cuando no hay ningún *observador* (seudosujeto) que sufra, ¿es el sufrimiento distinto de ti? Tú *eres* el sufrimiento, ¿no es cierto? No eres independiente del dolor; *eres* el dolor. ¿Qué ocurre? No caben etiquetas, no se le puede otorgar nombre alguno, ni, por consiguiente, descartarlo; eres simplemente dicho dolor, dicho sentido, dicha sensación de agonía. Cuando lo eres, ¿qué ocurre? Cuando no le otorgas nombre alguno, cuando no hay miedo relacionado con él, ¿está el centro (seudoyó) relacionado con él? Si el centro está relacionado con él (es decir, distinto del mismo), entonces le tiene miedo, entonces debe actuar y hacer algo al respecto. Pero si el centro *es* eso, ¿qué

harás entonces? No hay nada que hacer, ¿no es cierto? Si *eres* eso y no lo aceptas, no lo calificas, no lo descartas, si *eres* esa cosa, ¿qué ocurre? ¿Dices que en tal caso sufres? Evidentemente ha tenido lugar una transformación fundamental. Entonces ya no es cuestión de «yo sufro», porque no hay centro para que sufra... Mientras no mantenga ninguna relación (ni separación) con la cosa como ajena a mí, el problema no existe; en el momento en que establezco una relación *con la cosa fuera de mí*, el problema existe. Mientras trate el sufrimiento como algo *ajeno*... estableceré una relación con el mismo y dicha relación (dualismo primario) es ficticia. Pero si *soy* dicha cosa, si veo el hecho, entonces todo se transforma, todo adquiere otro significado. Entonces la atención es *plena*, *integrada*, y lo que se contempla plenamente se comprende y se disuelve, y, por consiguiente, no hay miedo y la palabra «dolor» es inexistente.[40]

Podríamos decir que el mensaje de Krishnamurti se reduce a que debemos dispersar el ficticio dualismo primario (o mejor dicho, ver a través del mismo) y despertar así el segundo modo de conocimiento, nuestro concienciamiento no dual y no conceptual, ya que así y sólo así se revela la realidad, como ya es siempre el caso:

Si logramos experimentar un sentimiento directamente, sin nombrarlo, creo que descubriremos mucho en el mismo; entonces deja de existir una batalla con el mismo, debido a que el experimentador y la cosa experimentada son uno, y esto es esencial. Mientras el experimentador verbaliza la sensación, la experiencia, se separa de ella y actúa sobre ella; ésta es una acción artificial e ilusoria. Pero si no hay verbalización, el experimentador y la experiencia son una sola cosa. *Esa integración* (del dualismo primario) *es necesaria y es preciso enfrentarse radicalmente a ella.*[41]

Ahora, dicha integración conduce al concienciamiento pasivo (factor 3), pero si queda el más mínimo residuo del dualismo primario, de la división entre el pensador y lo pensado, el conocedor y lo conocido, el observador y lo observado, en tal caso no habrá concienciamiento.

En primer lugar debemos comprender lo que es el concienciamiento: ser consciente, externamente consciente, de los colores, las

> proporciones de esta sala, consciente de los diversos colores que uno lleva puestos, consciente sin elección, simplemente observar. Y también internamente consciente de todo movimiento del pensamiento, del movimiento de los propios gestos, de la forma de caminar, de lo que uno come, de las costumbres adoptadas, de nuevo sin elección, sólo observando atentamente. *Uno no puede ser consciente si existe una división entre el observador y lo observado...*[42]

Como ya hemos visto, esta división entre el observador y lo observado, este dualismo primario, se perpetúa con el pensamiento y la conceptualización, y en este sentido Krishnamurti se muestra coincidente:

> Sabemos que una de las cosas más difíciles es observar, mirar: observar algo sin la imagen de lo que estamos viendo, observar una nube sin asociaciones previas a su respecto, ver una flor sin la imagen, los recuerdos, las asociaciones relacionadas con dicha flor. *Porque esas asociaciones, esas imágenes y esos recuerdos crean una distancia entre el observador y lo observado.* Y en esa distancia, en la división entre el que mira y lo que ve, existe la totalidad del conflicto del ser humano. Es necesario ver sin la imagen, de modo que el espacio entre el observador y lo observado sea simplemente inexistente.[43]

«Ver sin la imagen» es, por tanto, el quid de la cuestión y Krishnamurti, naturalmente, pregunta: «¿Puede dicha imagen crear, no a lo largo del tiempo, no gradualmente, sino instantáneamente? Para responder a esta pregunta, *es preciso investigar la maquinaria que construye las imágenes*». Y a continuación describe esa «maquinaria que construye imágenes» y en dicha descripción podemos ver claramente que los tres factores (atención, parada, concienciamiento) comienzan a emerger.

> Ahora bien, ¿qué es esa maquinaria? Por favor, estamos compartiendo el problema. No le estoy instruyendo. Nos estamos preguntando uno a otro. ¿Qué es esa imagen, cómo se produce y qué es lo que la sostiene? *La maquinaria que construye la imagen es la desatención.* ¿Lo comprende, caballero?[44]

En este caso, Krishnamurti está completamente de acuerdo con Benoit en que la *maquinaria de producción de imágenes es la desatención*, o lo que Benoit denomina atención pasiva. Krishnamurti prosigue:

> Usted me insulta o me halaga. Cuando me insulta reacciono y dicha reacción elabora una imagen. La reacción se produce cuando no hay atención. ¿Comprende? Cuando no estoy completamente (o *activamente*, como diría Benoit) atento a su insulto, esa desatención genera la imagen. Cuando me llama imbécil reacciono, lo que significa que no estoy plenamente atento a lo que me está diciendo y, por consiguiente, se forma una imagen. *Pero cuando estoy completamente atento a lo que me dice, no se forma ninguna imagen.*[45]

Así pues, según Krishnamurti, la atención plena y completa (factor 1) conduce a la suspensión o parada de la formación de la imagen (factor 2). Además, Krishnamurti está de acuerdo en que, mientras estemos completa y activamente atentos, mientras mantengamos la actitud de «habla, te estoy escuchando», no emergen imágenes mentales:

> En el momento de atención, todo condicionamiento desaparece, toda elaboración de imágenes cesa; es sólo cuando no estamos atentos cuando comienza el proceso...[46]

Y, como hemos señalado anteriormente, cuando no hay imagen ni pensamiento, tampoco hay dualidad y esto conduce, según Krishnamurti, al concienciamiento pasivo (factor 3) en el que se revela la realidad. Así pues, en Krishnamurti vemos con toda claridad los tres factores de 1) atención activa, 2) parada y 3) concienciamiento pasivo, no dual. Según el propio Krishnamurti, en el momento en que emerjan las imágenes,

> prestemos toda nuestra atención a dicho momento (factor 1), entonces comprobaremos que no hay ninguna imagen (factor 2) y al no haber imagen no hay división entre el observador y lo observado (factor 3).[47]

Y en *ese* momento, que es *este* momento, «ha acabado».

Pasando ahora al hinduismo Vedanta, encontramos los tres mismos factores, aunque con una forma externa ligeramente distinta, debido predominantemente a que el Vedanta trabaja con la metáfora de la subjetividad absoluta (Brahma-Atman), en lugar de la energía absoluta (como Krishnamurti o Benoit). No obstante, están presentes los tres factores de atención, parada y concienciamiento, como lo demuestran las citas siguientes del más grande de los sabios modernos del Vedanta, Sri Ramana Maharashi.

En primer lugar, Sri Ramana Maharashi afirma que el pensamiento —como causa básica del dualismo— es la base de toda ilusión y cautiverio. Pero, una vez más, esto no significa en absoluto que debamos renunciar permanentemente a la conceptualización y volver a un nivel de evolución puramente animal. El pensamiento simbólico es imprescindible, siempre y cuando no lo confundamos con la realidad hasta ser incapaces de discernir la diferencia entre un mapa y el territorio propiamente dicho. El problema estriba en que los hemos confundido por completo y ahora, sólo por razones puramente prácticas, suele ser necesario suspender por completo el pensamiento y deshacernos de los mapas (factor 2) durante breves períodos de tiempo, para poder ver excepcionalmente el auténtico territorio. *Entonces* podremos adoptar y poseer de nuevo nuestros mapas, sin que éstos nos posean a nosotros. De ahí que Ramana declare que «el pensamiento a solas es cautiverio».[48]

Pero la contribución única de Maharashi a los caminos de la liberación es su insistencia en que el «yo-pensamiento» constituye la fuente de todos los demás pensamientos. Es decir, que, cada vez que uno piensa en su «yo», ése es el yo-pensamiento, que según Ramana miente tras cualquier otro pensamiento:

> El primero y primordial de todos los pensamientos que emergen en la mente es el primigenio «yo»-pensamiento. Sólo después de la emergencia u origen del «yo»-pensamiento aparecen los demás innumerables pensamientos.[49]

Así pues, la suspensión del yo-pensamiento marca la suspensión de todos los demás pensamientos y objetos mentales. Ahora bien, Sri Ramana Maharashi reconoce que el yo-pensamiento no puede ser reprimido, ya que, ¿quién puede reprimir al «yo» a excepción de otro «yo»? El altruismo espiritual es hipocresía espiritual. El yo-pensamiento, como cualquier otro pensamiento, debe ser suspendido, no reprimido, y para ello Ramana recomienda lo que él denomina «autoinvestigación» (*nan yar*), que consiste en investigar activa e intensamente «¿quién soy yo?». Esta atenta investigación, que reconocemos como factor 1, conduce —según Ramana— a la suspensión de las imágenes, que reconocemos como factor 2. Por ello:

> Dado que cualquier otro pensamiento sólo puede tener lugar después de la emergencia del yo-pensamiento y que la mente no es más que una acumulación de pensamientos, ésta sólo sucumbe mediante la investigación de «¿quién soy yo?». Además, el yo-pensamiento integral, implícito en dicha investigación, después de destruir todos los demás pensamientos, acaba por destruirse o consumirse a sí mismo, al igual que se consume el palo utilizado para atizar la hoguera funeraria.
>
> Incluso cuando durante el transcurso de la investigación emergen pensamientos ajenos a la misma, en lugar de intentar completar el pensamiento emergente, debemos formularnos incisivamente la pregunta «¿a quién se le ha ocurrido este pensamiento?». Por muchos que sean los pensamientos que a uno se le ocurran, si *investiga inmediatamente con atenta vigilancia* (factor 1), en el momento en que aparezca cada uno de dichos pensamientos, a quién se le ha ocurrido, comprobará que ha sido a «mí». Si a continuación se pregunta «¿quién soy yo?», la mente se vuelve introvertida, derrumbándose a su vez el pensamiento emergente (y) cesa la percepción del mundo como realidad *objetiva* (factor 2).[50]

¿Cómo funciona esta autoinvestigación? Supongamos, por ejemplo, que te pregunto «¿quién eres?» y tú me respondes «me llamo Fulano de Tal, trabajo en tal lugar, estoy casado y practico tal o cual religión. ¿Es eso a lo que te refieres?». «No —te respondería—, esto no son más que objetos de percepción, meras ideas. ¿Quién eres tú que ve esos objetos, esas ideas?» «Bien, soy un ser humano, un organismo individual

dotado de ciertas facultades biológicas. ¿Me voy acercando? «En realidad, no —replicaría—, ya que esto siguen siendo ideas y pensamientos. Ahondando todavía más, *¿quién eres?*» Conforme tu mente se vuelve cada vez más sobre sí misma, en busca de una respuesta, va creciendo su silencio. Si sigo preguntándote «¿quién eres? ¿quién eres?», pronto llegarás a un silencio mental, idéntico al que produce la pregunta de Benoit: «¿Cómo te sientes desde todos los puntos de vista simultáneamente?». Ese *silencio carente de objetos*, producto de la atención activa, de la vigilancia incisiva, de la investigación profunda, es una bodhimandala, ya que en el momento preciso en que deja de emerger en la mente toda pregunta, imagen u objeto, estás en condiciones de ver lo real en un destello. Este silencio, o parada, que es el factor 2, abre las puertas de un concienciamiento infinito, o factor 3, según lo explica Ramana:

> Al investigar la naturaleza del yo, el yo perece. Con el mismo, perecéis también tú y él (objetos). El estado resultante, que resplandece como ser absoluto, es el propio estado natural de uno mismo, el Yo... La única investigación que conduce a la autocomprensión es la búsqueda de la fuente del «yo» con la mente introvertida y sin pronunciar la palabra «yo»... Si uno formula dentro de su propia mente la pregunta «¿quién soy?», el «yo» individual se descompone... e inmediatamente se manifiesta la realidad de un modo espontáneo como «yo-yo» (subjetividad absoluta, concienciamiento no dual, factor 3).[51]

Por tanto, podemos comprobar que el experimento habilidoso del Vedanta, presentado por el más ilustre de sus sabios, comprende también los tres factores de atención, parada y concienciamiento. En la siguiente declaración, Ramana resume completamente su *upaya* y de nuevo están claramente presentes los tres factores:

> ¿De dónde procede este «yo»? Buscadlo en vuestro interior (factor 1); entonces desaparece (factor 2). He ahí la búsqueda de la sabiduría.
>
> Donde el «yo» desaparece, aparece el «yo-yo» por sí solo (factor 3). He ahí la infinitud.[52]

Dejemos ahora el hinduismo Vedanta para pasar a algunas de las formas «superiores» del budismo. Como ya hemos visto, el budismo Madhyamika utiliza la investigación crítica (factor 1) para abolir todos los conceptos (factor 2), a fin de permitir la erupción del *prajna* (factor 3); por consiguiente, no es necesario repetir dichas observaciones. En su lugar, examinaremos las escuelas budistas Ch'an (Zen) y Tien Tai (Tendai), con el propósito de descubrir los tres mismos factores en sus respectivas formas de experimento habilidoso.

El vehículo supremo del budismo Ch'an (Zen) comenzó como «señalización directa a la Mente» o como «observación de la autonaturaleza propia», sin hacer aparentemente ningún tipo de hincapié en medios o ejercicios espirituales, como la concentración o la meditación. En palabras del sexto patriarca del Ch'an, Hui Neng:

> Es un error pensar que para la liberación es esencial permanecer sentado, contemplando en silencio. La verdad del Ch'an se abre por sí misma desde el interior y no tiene nada que ver con la práctica de dhyana (meditación). Ya que leemos en el *Vajracchedika* que aquellos que intentan ver el Tathagata en una de sus actitudes especiales, como sentado o tumbado, no comprenden su espíritu y que el Tathagata ha sido designado como Tathagata porque viene de la nada y va a la nada, y ésta es la razón por la que es el Tathagata. Su aparición no tiene origen, ni su desaparición destino, y esto es Ch'an. En Ch'an, por consiguiente, no hay nada que alcanzar ni nada que comprender; ¿para qué permanecer sentados, en tal caso, con las piernas cruzadas y practicando dhyana? Puede que algunos crean que la comprensión es necesaria para iluminar la oscuridad de la ignorancia, pero la verdad de Ch'an es absoluta, sin dualismo ni condicionamiento. Hablar de ignorancia e iluminación, o de bodhi y klesa (iluminación y pasiones), como si fueran objetos separados que no pueden fundirse en uno, no es mahayanístico. En el Mahayana se condenan todas las formas posibles de dualismo como incapaces de expresar la verdad definitiva.[53]

Sin embargo, pocos eran los que estaban lo suficientemente despiertos y conscientes como para verlo directamente y, conforme Ch'an creció y se desarrolló en China a lo largo de

los siglos, con su popularidad y el número de sus seguidores creciendo permanentemente, comenzó a crear ingeniosos *upaya* para ayudar a la gente de todas las mentalidades en el camino de la Mente, como los gritos de Ma-tsu, Lin Chi y Yun-men, los golpes de Ma-tsu y Te-shan, el *koan* (*hua tou*) de Yuan-wu y Ta-hui, y la «iluminación silenciosa» relacionada con Tien-tung. Mucho han hablado los intérpretes modernos de los golpes, temblores y gritos dispensados por los maestros tempranos del Ch'an, sin comprender en absoluto el objeto de dichos actos, pero ¿qué haría cualquiera si quisiera despertar a alguien que estaba dormido y, especialmente, si tenía una pesadilla? Darle una sacudida, un golpe o darle un grito, y eso era exactamente lo que hacían aquellos maestros para despertar a sus alumnos.

Sin embargo, lo que a nosotros nos interesa ahora es la amplia utilización de los ejercicios del *koan* por una parte y de la iluminación silenciosa por otra. El ejercicio del *koan* —que en China recibe el nombre de *hua tou*—[54] utiliza como «tema» de meditación un acertijo, basado generalmente en las conversaciones de los antiguos maestros del Ch'an con sus alumnos, como, por ejemplo, «¿cuál es el sonido de una mano que aplaude?» o «¡detened ese barco en la lejana orilla!» o «hay un ganso atrapado en una botella; sin romper la botella ni lastimar al ganso, liberad al animal». Estos acertijos —«como la propia vida»— no pueden ser resueltos por ninguna forma de intelección y, por consiguiente, la meditación *koan* no consiste en analizar el *koan*, sino en fundirse completamente con el mismo, en cuyo momento se resuelve por sí solo. El ejercicio *koan* tiene, por consiguiente, un objetivo principal, el de fundir el sujeto con el objeto, romper el dualismo primario y despertarnos a la Mente.

Sin embargo, el *koan* (o *hua tou*) no es sólo un ejercicio de concentración; por el contrario, la mera concentración en un *koan* es condenada como mecánica y adormecedora de la mente. En su lugar, el alumno debe investigar, buscar y observar activa e intensamente en el *koan*, despertando en sí mismo una actitud ardiente y atenta, conocida técnicamente

como el I-ching, la gran duda, gran atención, o gran investigación.

> Para ejercitarse debidamente en el Zen hay que amar el espíritu de investigación (I-ching); ya que la fuerza de dicho espíritu de investigación determinará la profundidad de la iluminación.[55]
>
> El trabajo del Zen no sólo consiste en recitar un koan. ¿Cuál es la utilidad de repetir una y otra vez la misma frase? Lo primero que se pretende es despertar la «sensación de duda» (gran investigación), independientemente del koan con el que uno esté trabajando.[56]
>
> Cuando se trabaja en el Zen, lo importante es generar el I-ching... Los maestros de la antigüedad dijeron:
>
> A mayor investigación, mayor despertar;
> a menor investigación, menor despertar,
> sin investigación, ningún despertar.[57]

La gran investigación es, por consiguiente, la clave de este tipo de meditación Zen. Este espíritu de investigación consiste en una atención total, completa y activa, una presencia pura de la mente, dirigida a ningún objeto en particular, pero como una especie de ayuda, especialmente en las fases iniciales de la meditación, es permisible dirigir la mente a un objeto o lugar determinado, que es habitualmente el propio *koan*, pero que puede ser el mismo investigador, como cuando Kuyin Ching-chin dice «refleja en ti mismo quien sigue el koan de un modo tan incansable y formulándote esta pregunta con tanta insistencia», quizás a la misma fuente del pensamiento, como cuando Han Shan nos exhorta a «buscar el punto en el que nuestros pensamientos emergen y desaparecen». Pero lo importante es que el estado mental evocado de ese modo es el mismo; un estado de investigación y atención intenso aunque relajado, que Suzuki denomina «una gran incógnita sin ningún objetivo especial». Esto es lo que reconocemos como factor 1 —atención activa—, y en lo que el Zen hace mucho hincapié.

El Zen afirma que la eficacia de la gran investigación radica en su capacidad de suspender todos los procesos del pensamiento, lo que conduce a un estado de no imágenes, no pensamiento, o parada, que es el factor 2:

> Abandona tus viejos pensamientos... (y) entonces, lentamente, exclama «¡Amitabha!» y, sin dejar de concentrarte en dicha palabra, *fíjate* en la procedencia de este pensamiento... Repítelo 5 o 7 veces y tus pensamientos dejarán de emerger.[58]
>
> Esta sensación de duda (o investigación), que los maestros comparan a una espada indestructible, arrasa todos los pensamientos y estados mentales durante el período de formación.[59]
>
> Tai-hui jamás nos aconseja que nos limitemos a mantener un koan ante la mente; nos dice, por el contrario, que lo situemos en el mismo centro de nuestra atención, mediante la pura fuerza del espíritu de investigación. Cuando un koan cuenta con el apoyo de dicho espíritu, según él es «como una gran hoguera cuyas llamas consumen todo insecto de fútil especulación que se le acerque».[60]

Existe, por tanto, una enorme diferencia entre la mera concentración y represión del pensamiento, por una parte, y la meditación Zen por otra, ya que la segunda utiliza la gran investigación para suspender el pensamiento en su fuente, antes de que desintegre nuestra energía. Como hemos visto, *la desatención es la maquinaria de producción de imágenes* y la gran investigación suspende temporalmente la máquina, sin reprimirla ni destruirla. El Zen insiste enormemente en este punto:

> Cuando se trabaja con el Zen, cierta gente, debido a su incapacidad (o simple reticencia) para generar la «sensación de duda», comienza a reprimir los pensamientos emergentes. Cuando todos los pensamientos han sido reprimidos, dicha gente experimenta una serenidad lúcida y pura, perfectamente clara y sin la más mínima mancha. Esto, sin embargo, constituye la propia fuente original de la conciencia que no logran cruzar. Ésta es la conciencia inherente al reino de la vida y la muerte. No es Zen. Su error ha consistido, al empezar a practicar el Zen, en no penetrar lo suficiente en el Hua Tou y, por consiguiente, en que no llegara a emerger la sensación de duda. En tal caso, puede que repriman el pensamiento y se conviertan en herejes del gran vacío o que, sumidos en una autoindulgente vanidad, confundan y engañen a los ignorantes, desencaminando la fe de la gente y entorpeciendo su progreso por la senda del *Bodhi*.[61]

Por consiguiente, cuando la gran investigación es limpia y completa conduce a la suspensión de la película elaboradora

de imágenes, que habitualmente se interpone entre nosotros y la realidad. Cuando dicha suspensión es total, concluye en un estado que Hakuin denomina la gran fijación (*daigi*), en el que todo pensamiento queda suspendido, y en el que el sujeto y el objeto se identifican completamente entre sí, indicando la destrucción del dualismo primario. Esto, por supuesto, es el factor 2:

> Gracias a este I-ching, «espíritu de investigación», alcanzamos finalmente el *daigi* de Hakuin (tai-i), «gran fijación» o «estado de unicidad».[62]

La gran fijación (factor 2) es, por consiguiente, un bodhimandala, del que el *prajna* (factor 3) puede brotar en cualquier momento. En palabras de Kao-feng Yuan-miao:

> No os abandonéis a un estado de indolencia; en lugar de ejercer vuestra fantástica imaginación, procurad alcanzar un estado de identificación perfecta (factor 2) avanzando con vuestro espíritu de investigación (factor 1), con regularidad y sin interrupción... Cuando vuestro espíritu de búsqueda llega a esta etapa, le ha llegado a vuestra flor mental el momento de abrirse (factor 3).[63]

Ku-yin lo plantea como sigue:

> Cuando avanzas por dicho camino con profunda sinceridad, investigando al propio investigador (factor 1), llegará, sin duda, el momento en que te será absolutamente imposible seguir investigando, como si hubieras llegado al propio nacimiento de un riachuelo y estuvieras completamente rodeado de montañas. Éste es el momento en el que se desmorona el árbol con sus plantas trepadoras; es decir, cuando la distinción entre sujeto y objeto queda completamente aniquilada, cuando el investigador y lo investigado se funden en una perfecta identidad (factor 2). Al despertar de dicha identificación, tiene lugar un gran satori que aporta paz a todas tus búsquedas e investigaciones (factor 3).[64]

En cuanto a este satori, Suzuki declara que «podríamos decir que en esta situación se produce una percepción en su

forma más pura y simple, no contaminada en lo más mínimo por análisis intelectuales ni reflejos conceptuales».[65] Por consiguiente, lo llamemos iluminación, despertar, *wu*, *satori*, o lo que prefiramos, lo reconocemos como la emergencia del factor 3: *prajna*, concienciamiento pasivo y no dual. Así pues, esta forma de la tradición Ch'an/Zen utiliza enfáticamente los tres factores de atención activa (gran investigación), parada (gran fijación) y concienciamiento pasivo (*prajna*). Según Shen Hui:

> Si hay entre vosotros algunos que estén todavía en la etapa de aprendizaje, dejad que despierte su iluminación (hacia el interior) siempre que emerjan pensamientos en su mente (factor 1). Cuando la mente despierta está muerta, la iluminación consciente desaparece por sí sola (factor 2); he ahí el inconsciente (factor 3).[66]

Y puede que Mumon lo exprese de un modo más conciso:

> Para comprender eso tan portentoso denominado iluminación (factor 3), debemos concentrarnos en la fuente de nuestros pensamientos (factor 1) y, así, aniquilarlos (factor 2).[67]

La segunda forma principal de meditación Zen que se practica en la actualidad es la de la «iluminación silenciosa» (*mo chao*), conocida en Japón como *shikan-taza*, sentarse a meditar «sólo para sentarse». El famoso maestro del Ch'an, Hung Chih, la describe como sigue:

> Silenciosa y serenamente uno olvida todas las palabras;
> clara y vivamente, *eso* aparece...
> Cuando uno se da cuenta de ello, es vasto e ilimitado;
> en su esencia, es puro concienciamiento.
> Reflejándose singularmente en este brillante concienciamiento,
> lleno de admiración en este puro reflejo...
> la admiración infinita impregna esta serenidad;
> en esta iluminación todo esfuerzo intencional desaparece.
> El silencio es la última palabra.
> El reflejo es la respuesta a toda (manifestación).
> Desprovista de todo esfuerzo,

esta respuesta es natural y espontánea...
La verdad de la iluminación silenciosa
es perfecta y completa.[68]

Esta iluminación silenciosa, desprovista de todo esfuerzo o conceptualización, es fácilmente reconocible como factor 3, concienciamiento pasivo. Pero, entonces, hay que preguntarse, ¿cómo alcanza uno dicha etapa? Previsiblemente, la respuesta es que uno empieza la *shikan-taza* conduciendo la mente a un estado de concentración vigilante y cristalina, de atención intensa pero relajada. Yasutani Roshi explica:

> En la shikan-taza es preciso no apresurar la mente, pero al mismo tiempo tenerla firmemente anclada o masivamente compuesta, por ejemplo, como el monte Fuji. Pero también debe estar despierta, dilatada, como la tensa cuerda de un arco. De modo que shikan-taza es un estado realzado de concienciamiento concentrado, en el que uno no se siente tenso ni apresurado, ni con seguridad nunca indolente. Es la mente de alguien que se enfrenta a la muerte. Imaginemos que tomamos parte en un duelo a espada, de los que solían tener lugar en el antiguo Japón. Cuando nos enfrentamos a nuestro contrincante, estamos permanentemente atentos, listos, preparados. Bastaría relajar momentáneamente la vigilancia para ser abatidos en un instante. Una muchedumbre se concentra para contemplar la pelea. Puesto que no somos ciegos, vemos a la gente de reojo, y dado que no somos sordos, también la oímos. Pero esas impresiones sensoriales no capturan nuestra mente un solo instante.[69]

No se plantea en qué pensar durante la práctica de *shikan-taza*, ya que cuando la atención es activa y vigilante impide la emergencia de los propios pensamientos, dado que la maquinaria de producción de pensamientos está en *desatención*. En el supuesto de que emerja algún pensamiento, simplemente se observa y se deja que se marche, volviendo entonces a la atención de «habla, te estoy escuchando». Conforme uno adquiere pericia en esta atención activa (factor 1), ceden gradualmente los pensamientos (factor 2) y comienza a florecer la energía de la «iluminación silenciosa» (factor 3).

Si examinamos ahora brevemente la escuela budista Tien Tai, no tendremos que ir muy lejos para hallar los tres factores de atención, parada y concienciamiento, ya que los dos pilares del experimento habilidoso Tien Tai son *chih* y *kuan*, que se traducen como «parada» y «concienciamiento» y corresponden exactamente a los factores dos y tres. *Chih* (parada) y *kuan* (concienciamiento) no son en realidad exclusivos del Tien Tai, ya que el equivalente de dichos términos se encuentra en las más antiguas escrituras budistas y en cierto modo constituyen el sustrato de todo sistema de meditación budista. *Chih* es el equivalente chino del sánscrito y pali *samatha* se considera como sinónimo de *samadhi*, por lo que en resumidas cuentas *chih* hace referencia a un estado de cese de imágenes y de desaparición del dualismo sujeto/objeto (es decir, el dualismo primario). Éste es claramente el factor 2. *Kuan* es el equivalente del sánscrito *vipasyana* (*vipasanna* en pali) y sinónimo de *prajna* (*panna* en pali), de modo que su sentido general es el del concienciamiento no dual resultante de la suspensión del dualismo primario, lo que nos permite reconocerlo como factor 3. Cada escuela budista trata estos dos factores de un modo ligeramente distinto, variando un poco el énfasis en uno u otro (por ejemplo, en cuanto a cuál parece ser el «primero» en emerger durante la meditación, cuál es más «importante», etcétera; las escuelas budistas más «puras» reconocen que ambos son indispensables y que deben estar presentes en igual proporción). En Tien Tai se encuentran las descripciones más elaboradas de *chih* y *kuan*, y ésta es la razón por la que nos ocupamos brevemente de dicha escuela.

Según Tien Tai, hay numerosas formas de alcanzar el estado de parada o cese (*chih*, factor 2), desde la mera concentración hasta cierto tipo de análisis intelectual diseñado para detener la formación de pensamientos. Pero el camino que se supone más puro para alcanzar *chih*, denominado «corporeización de lo real» (*ti chen chih*), incluye la comprensión de que los pensamientos están desprovistos de realidad y que, por consiguiente, uno no debe seguirlos ni aferrarse a los mismos. Pero la verdadera clave de la «corporeización de lo real» con-

siste en dirigir la atención hacia el interior (factor 1), interrumpiendo así la «falsa mente» de producción de imágenes (factor 2), como lo explica el venerable Chiang Wei Chiao:

> La preparación según el método de corporeización de lo real consiste en cerrar los ojos durante la meditación e invertir el sentido de la contemplación... El practicante debe *dirigir la contemplación hacia el interior para observar los pensamientos que emergen* (factor 1) en su mente...; descubrirá que los antiguos pensamientos han desaparecido, que los actuales no permanecen y que los futuros todavía no han aparecido... Entonces comprenderá que su falsa mente con sus altibajos es también irreal, está desprovista de realidad. Gradualmente se familiarizará (con dicha irrealidad) y *su falsa mente llegará a un fin por sí misma* (factor 2).[70]

Por consiguiente, la «corporeización de lo real» es un método eficaz para alcanzar el estado de *chih*, y también muy parecido a otro método de Tien Tai, conocido como el «más sutil» de los caminos para alcanzar el cese del pensamiento. Esta práctica «sutil»

> significa que debemos *mirar hacia el interior (de la mente) para averiguar dónde emerge el pensamiento* (factor 1) *y así detenerlo* (factor 2)... Este método es mucho más sutil que el de fijar la mente en un objeto; significa pasar de un ejercicio basto a otro sutil.[71]

Así pues, aunque en Tien Tai se utilice sólo la concentración como ejercicio preliminar, lo considera bastante «basto» comparado con los medios refinados y eficaces de la investigación activa de la propia fuente del proceso emotivoimaginativo. Esta activa atención interna (que nosotros reconocemos como factor 1) conduce por sí misma a *chih*, al cese de la conceptualización (factor 2) y esto a su vez permite la emergencia de *kuan* (factor 3). He ahí los tres factores del experimento habilidoso de Tien Tai.

En cuanto a los taoístas, ya hemos mencionado que hacen mucho hincapié en el «ayuno mental» u «olvido» del conocimiento convencional y dualista para entrar en el Tao (¡como

si fuera posible desviarse del mismo!). En palabras de Chuang Tzu:

> ¡Convierte tu voluntad en uno! No oigas con tus oídos, sino con tu mente; mejor dicho, no con tu mente, sino con tu espíritu. Deja que tu oído pare con las orejas y que tu mente pare con sus imágenes. Deja que tu espíritu quede como en blanco, que responda pasivamente a lo externo. Sólo en esta *receptividad* abierta puede morar el Tao. Y esta receptividad abierta es el ayuno de la mente.[72]

Los taoístas hacen hincapié en que el ayuno de la mente, que nosotros reconocemos como factor 2, le coloca a uno en estado de receptividad abierta, de concienciamiento «en blanco» y pasivo, que nosotros reconocemos como factor 3. Chuang Tzu compara este estado de receptividad abierta al de utilizar la mente como espejo:

> El hombre perfecto utiliza su mente como espejo. No conserva nada; nada rechaza; recibe pero no retiene.

Sin embargo, este concienciamiento pasivo, o reflejo total, no es un proceso dualista en el que el sujeto contempla pasivamente sus objetos, ya que sujeto y objeto se convierten en uno, en puro concienciamiento, como lo aclara Chuang Tzu:

> Sólo los auténticamente inteligentes comprenden este principio de identidad. No interpretan las cosas en la forma asimilada por ellos mismos, subjetivamente, sino que se trasladan a la posición de las cosas observadas.[73]

Esto nos recuerda el comentario de Schroedinger de que «el original y la imagen reflejada son idénticos», ya que el concienciamiento pasivo es uno con lo que conoce; y el dualismo primario está claramente ausente. Chuang Tzu cuenta la siguiente historia:

> —¡Voy mejorando! —dijo Yen Huei.
> —¿En qué sentido? —preguntó Confucio.

—¡He olvidado la benevolencia y la integridad!

—Eso está bien. Pero todavía no has llegado.

En otra ocasión volvieron a encontrarse y Yen Huei dijo:

—¡Voy mejorando!

—¿En qué sentido?

—¡He olvidado los ritos y la música!

—Eso está bien. Pero todavía no has llegado.

Otro día se encontraron de nuevo y Yen Huei dijo:

—¡Voy mejorando!

—¿En qué sentido?

—Puedo olvidarme de mí mismo cuando medito —respondió Yen Huei.

Confucio le miró perplejo y dijo:

—¿Qué quieres decir con eso?

—Me he liberado de mi cuerpo —respondió Yen Huei—. He desechado mis poderes de raciocinio. Y al desprenderme de mi cuerpo y de mi mente me he convertido en uno con el infinito. A esto es a lo que me refiero al decir que me olvido de mí mismo cuando medito.

—Si te has convertido en uno —respondió Confucio—, no puede haber lugar para prejuicios. Si te has perdido a ti mismo, ya no puede haber obstáculo alguno. ¡Ahora eres realmente un sabio! Confío en que se me permita seguir tus pasos.[74]

Los antiguos taoístas nunca detallaron el camino exacto a seguir para alcanzar el ayuno mental desprovisto de imágenes o autoolvido, ya que la práctica de la meditación ritual sistemática obligatoria se consideraba eminentemente antitaoísta. En realidad, intentar olvidar o desprenderse del «yo» no merecía mejor consideración que seguir sus preceptos egoístas, como lo manifiesta Chung Tzu cuando pregunta: «¿No es el deseo de desprenderse del yo una manifestación positiva del yo?». No obstante, puede decirse que, paradójicamente, el camino del ayuno mental no seguiría ningún rumbo específico, ya que en el corazón de toda «no disciplina» taoísta se encuentra el *wu-wei*, que significa la ausencia de toda actividad volitiva, intencional o forzada y la no interferencia; *wu-wei* representa, por consiguiente, el arte de no entrometerse con la mente, de dejar que se mueva a su albedrío, sin forzarla ni reprimirla, *autorizando plenamente todas las tendencias de la*

*mente en un momento de imparcialidad perfecta* y permitir que los pensamientos fluyan con la misma libertad que las nubes en el firmamento. Como hemos visto, es exactamente este tipo de actitud mental (factor 1) la que puede conducir al «ayuno mental» (factor 2), y las pruebas parecen demostrar que esto es precisamente lo que ocurre. El maestro incuestionable de este *wu-wei* mental fue Lieh Tzu y su historia muestra claramente cómo su «abandono» mental conduce a un ayuno mental más allá del dualismo primario:

> Sentaos y os contaré lo que aprendí de mi maestro. Después de haberle servido... a lo largo de tres años, mi mente no se aventuraba a reflejar el bien y el mal, mis labios no se aventuraban a hablar de pérdidas y beneficios. Entonces, por primera vez, mi maestro me lanzó una mirada, y con esto bastó.
>
> Al cabo de cinco años había tenido lugar un cambio: mi mente reflejaba el bien y el mal, y mis labios hablaban de pérdidas y beneficios. Entonces, por primera vez, mi maestro se relajó y me sonrió.
>
> Al cabo de siete años, otro cambio tuvo lugar. Dejaba que mi mente reflejara a su antojo, pero ya no se ocupaba del bien y del mal. Dejaba que mis labios enunciaran lo que quisieran, pero ya no hablaban de pérdidas y beneficios. Entonces, por fin, mi maestro me acompañó para que me sentara en la esterilla junto a él.
>
> Al cabo de nueve años mi mente dio rienda suelta a sus reflexiones y mi boca dio paso libre al habla. Sobre el bien y el mal, pérdidas y beneficios, no tenía ningún conocimiento, ni en lo que concernía a mí ni a los demás. Tampoco sabía que el maestro fuera mi instructor, ni que el otro individuo fuera mi amigo. Lo interno y lo externo se habían fundido en la unidad (ausencia del dualismo primario).[75]

En este estado de ayuno mental (factor 2), temporalmente libre del conocimiento convencional y dualista, Lieh Tzu estaba en un estado de bodhimandala, que acabó por revelarle que era uno con el Tao (factor 3), de modo que «así nací en el viento, como la broza seca o las hojas que caen del árbol. A decir verdad, no sabía si el viento cabalgaba sobre mí o yo sobre el viento». Lieh Tzu y su medio ambiente eran no duales y su «cabalgar en el viento» no es indicio de morosidad mental, sino más bien de una sensación de bienestar, espontaneidad y

júbilo, habitualmente propia del «despertar», como cuando le preguntaron a Suzuki qué sensación producía el *satori* y respondió: «Igual que la experiencia ordinaria, ¡pero a cuatro centímetros del suelo!».

El comentario de Chang Chan sobre el anterior pasaje de Lieh Tzu es importante, porque muestra claramente que el objeto de este *wu-wei* mental es efectivamente el ayuno mental:

> La cuestión es cómo conducir la mente a un estado de calma, de ausencia de pensamiento o actividad mental (factor 2)... Si uno se entrega a la perfección mental, el bien y el mal dejan de existir; si los labios siguen la ley natural, desconocen las pérdidas o los beneficios. Sus caminos coinciden, y el maestro y el amigo se instalan junto a él en el mismo asiento. Esto fue sólo como debía ser.[76]

De modo que al dejar la mente y el habla a sus anchas (*wu-wei*), al dejar que siguieran su propio camino natural, al autorizar todas las tendencias mentales (factor 1), se pudo alcanzar ese ayuno mental (factor 2) «ausente de pensamiento y actividad mental». Más adelante Shen Hui mencionaría explícitamente dicho vínculo cuando —en una profunda afirmación— declara: «Cuando se carece de un propósito intencionado (*wu-wei*), se está libre de conceptualización (*wu-nien*)».[77] En otras palabras, la autorización de todas las tendencias mentales sin entrometerse en ninguna de ellas (*wu-wei*), conduciría por sí mismo al no pensamiento (*wu-nien*). Resumiendo, reconocemos la «autorización de todas las tendencias mentales» como factor 1, que a su vez conduce al ayuno mental, o factor 2, y que en su momento revela el concienciamiento pasivo denominado Tao, factor 3.

Concluiremos este informe con Wei Wu Wei quien, dado que aprovecha aspectos esenciales del Vedanta, el Ch'an y el taoísmo, nos ofrecerá un resumen conveniente y altamente calificado. Para comprender a Wei Wu Wei, sólo debemos recordar que lo que soy —¡la propia realidad!— no es nada objetivo, nada que podamos ver, sentir, tocar, oír, o en lo que podamos pensar. Lo que imagino que es mi «yo perceptor»,

ese «hombrecillo» en mi cabeza que supuestamente está leyendo esta página, supuestamente «un sujeto», es en realidad un objeto percibido, ya que puedo mirarlo, pensar en él, respetarlo, odiarlo, mejorarlo, etcétera. Por consiguiente, no puede ser lo que soy, el perceptor, ya que lo «percibido es incapaz de percibir». De modo que mis pensamientos, mi mente, mi cuerpo, mis deseos, mis esperanzas, mis temores —que son exactamente lo que no soy— son todos objetos de percepción y, por tanto, no pueden ser nunca el perceptor. A decir verdad, precisamente al identificar mi yo de un modo exclusivo con dichos objetos es cuando establezco el vínculo aparente con los mismos; éste es el principio del espectro de la conciencia, y con cada nuevo dualismo y su nivel consiguiente del espectro, mi identificación se hace más estrecha y exclusiva, aumentando cada vez el dolor de mi «vínculo», ya que cada vez veo más cosas *ajenas* a mi yo y que suponen, por consiguiente, una amenaza potencial. Por lo tanto, lo que Wei Wu Wei nos recomienda es que nos *desidentifiquemos*[78] de todos los objetos fenoménicos, perceptibles, particulares y *exclusivos*, para descubrir así nuestra unidad original y atemporal con *toda* manifestación:

> A pesar de que (Mente) es lo único que son (somos) —y a pesar de que en la misma no tiene, por consiguiente, nada que alcanzar, obtener o poseer— a fin de poder «vivir» en algún sentido aparte de la compresión objetiva de lo que es, es decir, de lo que son, deben *desfenomenalizarse, desobjetivizarse, desidentificar su subjetividad de su yoísmo fenoménico proyectado* (es decir, objeto conceptual), dominado por el concepto del «yo»... Este desplazamiento de la subjetividad va de objeto aparente a sujeto definitivo al que es inherente, de fenómeno a nóumeno..., de supuesto individuo a absoluto universal.[79]

Esta desidentificación no involucra ninguna acción determinada, sino más bien la *comprensión* de que todo lo que puedo saber, ver, sentir o pensar sobre mí mismo precisamente *no* es mi yo, ya que todas esas percepciones son objetos y, por consiguiente, nunca sujeto. Es como si mi ojo se identifica-

ra con algunas de las cosas que ve y para «encontrarse a sí mismo» tuviera que desidentificarse de todas sus percepciones objetivas. Comprender firmemente que como observador no puedo ser visto es el principio de esta introspección esencial.

En tal caso, ¿no basta con mirar al interior y encontrar así al observador? No exactamente, ya que si al mirar al interior veo *algo*, se tratará necesariamente de un *objeto* de percepción. ¡Ahora estoy tan cerca de ello que no puedo verlo! Es lo que está mirando y que yo nunca puedo ver. En palabras de Wei Wu Wei, «por mucho que mires en cualquier dirección no te ayudará a ver lo que está mirando». Siempre estamos *directamente en contacto* con ELLO, pero no podemos verlo, nombrarlo, ni pensar en ELLO, ya que al hacerlo lo convertimos en un objeto ilusorio. Incluso llamarlo subjetividad absoluta es inexacto, ya que entonces empezamos a pensar en «subjetividad absoluta», convirtiéndolo así en un objeto, imaginando lo que es, dónde hallarlo y cuáles son los pasos necesarios para alcanzarlo; y mientras esa procesión de imágenes objetivas mentales pasea por nuestra conciencia, la «verdadera» subjetividad absoluta es la que contempla la procesión.

> ¡Qué evidente es la respuesta! ¡Pero qué frustrante! ¡Ya que no podemos pensar en ello, ni mucho menos nombrarlo, darle un nombre, sin convertirlo en el objeto que no es! El supuesto misterio, tan incomprensible, sólo se debe a que buscamos la verdad como objeto.

Demos ahora un nuevo paso. Si intento ver mi yo, la subjetividad, el observador, que no es en absoluto un objeto, ¿con qué me encuentro? Si mi ojo intenta verse a sí mismo, ¿qué ve? ¡No ve total, absoluta ni completamente nada!

> Cuando el sujeto se mira a sí mismo, ya no ve nada, pues no puede haber nada que ver, dado que el sujeto, al no ser objeto como sujeto, no puede ser visto.
>
> Éste es el «vacío del espejo»: la ausencia de algo que ver, de todo lo visible, que el sujeto es.

O, en otras palabras:

¿De qué sirve mirar hacia afuera? ¡Lo único que verás serán objetos!
Date la vuelta y mira hacia adentro.
¿Veré entonces el sujeto?
Si lo vieras estarías mirando a un objeto. Un objeto no deja de serlo, mires hacia donde mires.
¿No me veré a mí mismo?
¡No puedes ver lo que no está ahí!
Entonces, ¿qué veré?
Puede que veas la ausencia de ti mismo, que es lo que está mirando.
Se le ha llamado «el vacío»... «El vacío» es lo que no puedes ver cuando intentas ver a un yo que no está ahí.
¿Por qué? Porque es lo que está mirando.

Comprendiendo esto, estamos en bodhimandala; y puede ocurrir en cualquier momento. Postergamos nuestro despertar, postergamos la visión de lo que ya siempre es el caso, porque insistimos en retener el dualismo primario, en verlo como objeto, como algo que podamos asimilar y percibir, cuando, en realidad, es eso en nosotros ahora mismo que intenta asimilar y percibir.

El mero hecho de intentar concebirlo como objetos equivale en sí a buscar en la dirección errónea, ya que hasta que se abandone la actitud habitual de intentar objetivizar toda percepción, de convertirla en un concepto objetivo, o se deje a un lado en ciertos contextos como éste, la comprensión esencial no podrá comenzar a desarrollarse.

Descubrimos inmediatamente que esos vacíos tan familiares, descritos alternativamente como «lo no existente, el vacío, el no ser», etcétera, no son en absoluto objetos ni jamás podrán serlo, *ya que son lo que es su perceptor* y no pueden ser vistos como existentes, como seres, como inexistentes ni como no seres, *puesto que no pueden ser vistos en absoluto.*

Y he aquí el quid de la cuestión:

El perceptor ha llegado, en efecto, a un punto en su investigación en el que está mirando lo que él mismo es; su análisis ha llegado a un callejón sin salida y se encuentra cara a cara con su propia naturaleza, pero en lugar de reconocerla como tal y darse cuenta de que *su vacío*

es lo que un ojo ve cuando se mira a sí mismo, persiste en intentar objetivizar lo que no ve, ni nunca podrá ver, convirtiéndolo en un concepto objetivo, como corresponde al buen y bien formado filósofo que habitualmente es.

Por consiguiente, cuando llego al punto en el que me doy cuenta de que no puedo ser percibido, en el que al mirar a mi interior *no veo nada objetivo en absoluto*, entonces, como perceptor, he sido devuelto a mi «morada original». El perceptor, Brahma/Atman, que no es nada objetivo, es exactamente lo que no veo cuando intento verme a mí mismo, ¡y eso es ELLO! Como dice Wei Wu Wei, «¡era la Mente lo que buscaba la Mente, sin lograr encontrarse a sí misma como objeto! ¡Y el no encontrar era encontrar!». O «buscarme a mí, buscar a lo que busca, es *hallar* mi ausencia (la Mente vacía)».

Si ahora decimos «sí, casi lo entiendo, pero no acabo de verlo», ¡ése es exactamente el quid de la cuestión! ¡Incapaces de verlo como objeto, abandonamos la búsqueda! El mero hecho de no verlo es exactamente la clave y si uno permanece en dicho bodhimandala de «no ver», de ayuno mental, de vez en cuando puede que ocurra, ya que uno está entonces cara a cara con su nada objetiva, que es precisamente lo que estaba buscando. El vacío que uno busca es idéntico al vacío que uno no ve cuando mira hacia su interior en busca de quien mira, de modo que lo *buscado* es el *buscador*, el *buscador* lo *buscado*.

AQUELLO QUE buscas y no puedes encontrar es el buscador.

La razón por la que el «dharmakaya» (Mente) no puede ser hallado ni descrito se debe a que, a fin de cuentas, es el propio buscador, el descriptor, que está buscando, y, por tanto, sería el sujeto convirtiéndose a sí mismo en objeto.

Cada vez que intentas enunciar (o ver o pensar en) ESTO/AQUÍ/AHORA eres un ojo que intenta verse a sí mismo. No puedes objetivizar ESTO QUE TÚ ERES y lo que no puedes objetivizar es ESO QUE TÚ NO ERES.

ESTO que busca es ESO buscado, y ESO buscado es ESTO que busca.

Y a continuación Wei Wu Wei cita a Padma Sambhava, «nacido del loto», ese increíble sabio que llevó al budismo al Tíbet alrededor del siglo VIII:

> Padma Sambhava, el supremo maestro, dijo que «no existen dos cosas como lo buscado y el buscador...; al comprenderlo plenamente, se descubre que lo buscado es uno con el buscador. *Si el propio buscador, cuando es buscado, no puede ser encontrado, se alcanza entonces la meta de la búsqueda y también su propio fin*. Entonces ya no queda nada que buscar, ni necesidad alguna de seguir buscando.
>
> Y la única práctica es ver esto, que es concienciamiento, que es lo que un ojo no puede ver cuando intenta verse a sí mismo.

Si después de leer a Wei Wu Wei uno exclama: «¡no acabo de verlo!», os aseguro que está muy cerca. Y si uno persiste en intentar ver al observador, es como una mano que intenta agarrarse a sí misma o unos labios pretendiendo besarse a sí mismos. «Palabras como éstas merecerán el calificativo de suprema estafa.»

¿Y qué ocurre con el denominado universo objetivo? ¿En qué se convierte en este momento de puro concienciamiento no objetivo? La gente imagina el vacío como puro blanco, donde todo el universo se evapora, dejando una papilla informe y sin carácter, cuando en realidad lo único que le ocurre al universo es que deja de ser objetivo. El perceptor es uno con el universo que percibe, de modo que tanto el universo *objetivo* como el yo «*subjetivo*» desaparecen en el puro acto no dual de ver. En palabras de Wei Wu Wei:

> Lo buscado es el buscador,
> Lo observado es el observador de lo que observa,
> Lo que se oye es quien oye lo que oye,
> El olfato es quien lo huele,
> El gusto es quien saborea lo que degusta,
> Lo tocado es quien lo toca,
> El pensamiento es el pensador de lo pensado,
> En resumen, lo sensorialmente percibido es el perceptor cuyos sentidos perciben.

Al verlo, la sensación de identidad estalla en *todo* lo que se experimenta, pero entonces ya no hay experimentador ni objetos experimentados por separado, sino una sola *experiencia* no dual que todo lo abarca. Por tanto, cuando uno busca en su interior para hallar al perceptor, no se encuentra con nada *objetivo*; lo que encuentra es la totalidad del universo que ahora ha dejado de parecer «un objeto externo» y se siente plenamente identificado con el observador. Así se cura el dualismo primario.[80]

A estas alturas debe ser bastante evidente que el experimento habilidoso de Wei Wu Wei es una incorporación maestra de los tres factores, por lo que nos limitaremos a señalarlos sin elaboración alguna: el hecho de mirar activamente hacia el interior (factor 1) conduce a no ver nada (factor 2) y de este bodhimandala puede emerger el puro concienciamiento no objetivo (factor 3).

Llegamos, por consiguiente, a la conclusión de que los tres factores constituyen el núcleo de todo experimento habilidoso importante, desde el budismo Mahayana hasta Krishnamurti, desde Vedanta al taoísmo, y éstos son los tres factores que podemos incorporar en nuestra vida si deseamos «alcanzar» la Mente. Evidentemente, las formas externas de los tres factores varían y no deseamos reducir estas grandes *upaya* a su mínino común denominador y, por tanto, sin características. Sólo pretendemos aclarar que, a pesar de sus diferencias externas, que no debemos descartar a la ligera, los estados psicológicos que inducen son esencialmente idénticos. De ahí la atención activa de Benoit de «habla, te estoy escuchando», que era «una mirada dirigida al pleno centro de mi mundo interior donde no halla *nada*»; la atención completa y total de Krishnamurti; la plena autorización mental del *wu-wei* taoísta; la autoinvestigación de Ramana y la gran investigación del budismo Zen; así como «la mirada al interior para no ver nada» de Wei Wu Wei. Todo indica un estado de atención y apertura completas, como si uno estuviera *a la escucha y a la expectativa* de una respuesta procedente del centro de su propio ser u observara la misma fuente de su propia conciencia.

Éste es el factor 1, «atención activa», pero, debido precisamente a *no hallar respuesta* en términos de imágenes o objetos mentales, la propia mente guarda silencio. El silencio de Benoit y Krishnamurti, el *samadhi* y el *chih* del budismo Mahayana, el «ayuno mental» de los taoístas, la «desaparición del yo pienso» de Ramana, la gran fijación de los budistas Zen, el «vacío que uno no ve» de Wei Wu Wei, todos indican un estado de silencio desprovisto de objetos, de suspensión temporal de la pantalla mental elaboradora de imágenes, de alteración del dualismo primario, de un profundo silencio en el que se puede recibir la realidad en su forma más directamente desnuda y sin traducción alguna. Éste es el factor 2, la «parada», la suspensión del enfrentamiento sujeto/objeto, el estado de bodhimandala. De este estado, en cualquier momento, sin causa ni razón aparente, puede tener lugar la emergencia de lo que siempre ha sido, del *prajna*, del concienciamiento de Tao, del *kuan*, de la visión no objetiva, de Brahma, de la propia Mente. Éste es el factor 3, y con su emergencia concluye la búsqueda.[81]

Ahora bien, así como la curación (o complementación) de un dualismo importante en cada uno de los niveles anteriores ha traído como consecuencia que nos responsabilizáramos de facetas de nosotros mismos anteriormente desechadas, lo mismo ocurre en el nivel de la Mente. Con la curación del dualismo cuaternario, aceptamos responsabilizarnos de nuestras depresiones, angustias y presiones, porque comprendimos que nos las infligíamos a nosotros mismos. Así pues, el identificarnos con dichos aspectos enajenados, dejaron de ser «externos» a nosotros y de amenazarnos, dejando, por tanto, de ser problemas. Al curar el dualismo terciario, aceptamos la responsabilidad del conjunto de nuestro organismo, de nuestras sensaciones corporales y actos orgánicos, así como de la totalidad de nuestra estancia en el mundo, comprendiendo que, si éramos incapaces de elegir nuestro destino como seres planetarios, podíamos *aceptar* y asumir la responsabilidad de nuestra actitud hacia dicho destino. De ese modo, la aceptación de nuestro destino dejaba de ser algo

«externo» que pudiera preocuparnos, molestarnos o aterrorizarnos.

Y, por último, como la curación del dualismo primario, aceptamos la responsabilidad de *todo* lo que nos ocurre, porque ahora lo que nos suceda es obra nuestra. Esto se debe a que mis actos son los actos del universo y viceversa, de modo que cuando yo y el universo hemos dejado de estar separados, lo que «ello» me hace a «mí» y lo que «yo» le hago a «ello» han pasado a ser un mismo acto. Si cae una piedra sobre mi cabeza, ha sido obra mía. Si alguien me dispara por la espalda, ha sido obra mía. Si enfermo de los pulmones y muero asfixiado, ha sido obra mía. De modo que en cada nivel parece que las cosas y los acontecimientos me suceden contra mi voluntad, cuando en realidad soy yo quien se lo hace a sí mismo, aunque pretendiendo con toda sinceridad que son «ajenos» a mí. Finalmente, en el nivel de la Mente, no hay nada ajeno a mí, de modo que la última palabra es que «hay una sola voluntad: mía y de Dios». Éste es el significado profundo del karma, que «lo que te ocurre es tu propia obra, tu propio *karma*»,[82] y de las palabras de G. S. Brown de que «en este nivel el universo no se distingue de nuestra forma de actuar en él...».[83]

Aquí, por consiguiente, los problemas dejan de ser problemas. No porque Dios responda o porque los resolvamos nosotros mismos, sino simplemente porque el propio problema no se plantea. En palabras de Wittgenstein:

> Cuando la respuesta no se puede enunciar en palabras, tampoco es posible hacerlo con la pregunta. *El acertijo* no existe. Si de algún modo se puede enunciar la pregunta, también es *posible* responderla... Ya que la duda sólo puede existir cuando la pregunta existe, la pregunta sólo cuando existe la respuesta y la respuesta sólo cuando algo *puede decirse*.
>
> Creemos que, incluso cuando se haya encontrado respuesta a *todas las posibles* preguntas científicas, no se habrán tocado en absoluto problemas de la vida. Evidentemente, entonces no quedará ninguna pregunta por formular y esto en sí es la respuesta.
>
> La solución al problema de la vida se interpreta como la desaparición de dicho problema.[84]

Compárese lo dicho con las siguientes palabras de G. S. Brown:

> Parece difícil encontrar una respuesta aceptable a la cuestión de cómo o por qué concibe el mundo un deseo de verse a sí mismo, descubre la habilidad de hacerlo y parece sufrir en dicho proceso. El hecho de que lo haga recibe a veces el nombre de misterio original. Tal vez, dada *la forma* en que actualmente *suponemos* que *existimos*, el misterio *emerge* de nuestra insistencia en *formular* una pregunta donde, en realidad, no hay *nada* que preguntarse.[85]

Y Suzuki dice concisamente:

> Es decir, la pregunta se responde sólo cuando se deja de preguntar... La verdadera respuesta radica donde la pregunta no ha sido todavía formulada.[86]

Y el punto en el que «la pregunta no ha sido todavía formulada» no es sino el punto adimensional llamado ahora, ya que en el ahora desaparecen el pasado y el futuro, y con ellos el pensamiento, puesto que éste está basado en el pasado y orientado al futuro. Es, pues, en *este momento actual de atención activa donde la pregunta —cualquier pregunta— deja de emerger; y ésta es simplemente la respuesta definitiva.*

La atención activa e incisiva en lo que es ahora (factor 1) conduce a la suspensión del pensamiento (factor 2), ya que el pensamiento busca su subsistencia en el pasado y sus consecuencias apuntan al futuro. El pensamiento es tiempo y, por tanto, el ahora atemporal es el ahora sin pensamiento; de ahí que el concienciamiento silencioso (factor 3) emerja cuando hago acto de presencia en el presente. Esto involucra una atención vigilante a lo que sea en este momento, contemplando la corriente «interior» del pensamiento como uno observaría la corriente «exterior» de, por ejemplo, un río, ya que a fin de cuentas la corriente interna y la externa no son dos. «A esto en realidad se reduce el misticismo contemplativo, a ser consciente sin enjuiciamiento ni comentario de lo que en efecto ocurre en este momento, tanto dentro como fuera de noso-

tros mismos, escuchando incluso nuestros pensamientos involuntarios, como si no fueran más que el sonido de la lluvia. Esto sólo es posible cuando está claro que no queda nada por hacer, ni camino de ida ni de vuelta que recorrer.»[87] No hay más que hacer porque no hay tiempo para hacerlo; no hay camino de ida ni de vuelta por recorrer porque no hay pasado ni futuro. La respuesta está cerca y mañana no estará más cerca. Y precisamente en el momento en que nos damos cuenta de ello, dejamos de utilizar el presente para dirigirnos a «otro lugar», despertando así a lo que Coomaraswamy denomina «una vida perpetua no calculada en el presente».

Basta con un solo instante de concienciamiento para que se nos revele el hecho de que esa «vida perpetua no calculada en el presente» es exactamente el tipo de vida que de todos modos siempre vivimos, nos demos o no cuenta de ello. El concienciamiento místico y eterno del momento actual no es sino lo que ya experimentamos ahora. Nos «pasa desapercibido» porque imaginamos que de un modo u otro deberíamos intentar ponernos en contacto con el momento actual, como si fuéramos algo distinto de lo que ya estamos haciendo en ESTE momento. «Si os lo digo, ¿qué efecto os causa? Puede que os intrigue o que os impulse a responder "¿estoy experimentando debidamente este momento? No acabo de comprenderlo. Permita que lo examine más de cerca, para comprobar si es cierto". Pues bien, ya os habréis equivocado. Habréis intentado abandonar este momento para dirigiros a otro desde el que pudierais verlo con mayor claridad. Yo no hablaba del próximo momento desde el que pudierais ver más claramente el presente, hablaba de ESTE momento antes de que tomarais iniciativa alguna para alterar la situación.» Evidentemente, al oír estas palabras procuramos no alterar la situación, pero de nuevo nos habremos «equivocado», porque para intentar *no* alterar este momento también es necesario trasladarse al próximo momento, cuando es todavía ESTE MOMENTO el que nos concierne. Y al oír esto quedamos confundidos, pero sólo debido a que siempre intentamos utilizar este momento para llegar al próximo, usarlo como punto de partida hacia la

Mente. Sin embargo, ahora, en este mismo momento, estamos siempre llegando a la Mente, estamos siempre llegando a LO QUE ES AHORA, tanto si se trata de sufrimiento, anhelo, dolor, júbilo, como de simple confusión. El viaje no empieza ahora, acaba ahora, con el estado de conciencia que a a la sazón esté presente en este momento. Éste es el estado místico y esto somos: el ahora no es algo que recibamos, observemos ni de lo que escapemos; el recibir, observar y escapar son también lo mismo, ese mismo movimiento del eterno ahora que somos nosotros.

Claro que despertar completamente al ahora, despertar de la pesadilla de la historia, significa padecer la muerte del presente sin futuro. «No es sorprendente que el hombre esté aterrorizado —dice Kierkegaard—, ya que entre el hombre y la verdad mora la mortificación.» No obstante, en palabras de san Gregorio, «nadie recibe tanto de Dios como el que está completamente muerto». Asimismo, Eckhart afirma que «el reino de Dios sólo es para los que están completamente muertos». Y Ramana Maharashi declara que «sabréis a su debido tiempo que vuestra gloria está donde dejáis de existir».

Sin embargo, esta mortificación, esta gran muerte, este morir por completo respecto al futuro al ver sólo ahora, en palabras de Coomaraswamy, no es la «muerte repentina» que acaece al final de la vida del individuo, sino la «muerte instantánea» que tiene lugar a lo largo de la misma. «La hora de la muerte —comenta T. S. Eliot— es cada momento.» Pero cada momento es este momento, puesto que no hay otro, y, por consiguiente, en este momento estamos ya padeciendo siempre la «muerte instantánea» y, por tanto, ya siempre despertando en eso que no tiene futuro; en eso que no tiene futuro y, por consiguiente, tampoco pasado; en eso que no tiene principio en el tiempo y, por consiguiente, en eso que no tiene fin en el tiempo; y, por tanto, en eso que es innato y, por consiguiente, en eso que es inmortal.

En este momento no hay nada que emerja en la existencia. En este momento no hay nada que deje de existir. De modo que no hay

ningún nacimiento y muerte con el que se deba acabar. De ahí la absoluta tranquilidad en este momento presente. Aun siendo en este momento, este momento no tiene límite y en el mismo se encuentra el goce eterno.

HUI-NENG

Padeciendo ya siempre la muerte ahora, siempre estamos viviendo ya eternamente. La búsqueda ya siempre ha concluido.

Lluvia brumosa en el monte Lu,
y olas que refluyen en el río Che;
cuando todavía no has estado allí,
seguro que mucho debes lamentarlo;
pero de regreso a casa después de visitarlo,
¡qué evidente parece todo!
Lluvia brumosa en el monte Lu,
y olas que refluyen en el río Che.

# REFERENCIAS Y NOTAS

**Capítulo 1**

1. Lama Anagarika, Govinda, *Foundations of Tibetan Mysticism* (Nueva York, Samuel Weiser, 1973), p. 148.

2. Franz G. Alexander y Sheldon T. Selesnich, *The History of Psychiatry* (Nueva York, The New American Library, 1966), p. 457.

3. Erich Fromm, D. T. Suzuki y Richard DeMartino, *Zen Buddhism and Psychoanalysis* (Nueva York, Harper and Row, 1970), p. 25.

4. Ananda K. Coomaraswamy, *Hinduism and Buddhism* (Nueva York, Philosophical Library). pp. 18, 69. (La cursiva es mía.)

5. William James, *The Varieties of Religious Experience* (Nueva York, Collier Books, 1961), p. 401.

6. Eliot Deutsch, *Advaita Vedanta, A Philosophical Reconstruction* (Honolulú, East-West Center Press, 1969), p. 15.

7. *Memoirs of Alfred Lord Tennyson*, vol. II, p. 473.

8. John C. Lilly, *The Center of the Cyclone, An Autobiography of Inner Space* (Nueva York, The Julian Press, 1972), pp. 218-219.

9. William James, *The Principles of Psychology*, vol. I (Nueva York, Dover Publications), p. 291.

10. Anselm Strauss, ed., *George Herbert Mead on Social Psychology* (Chicago, The University of Chicago Press, 1964), p. 243n.

11. Gregory Bateson, *Steps to an Ecology of Mind* (Nueva York, Ballantine Books, 1972).

12. D. T. Suzuki, *Essays in Zen Buddhism*, primera serie (Londres, Rider and Co., 1970), p. 77.

13. Cf. Coomaraswamy, «está, por consiguiente, perfectamente claro que la visión *paroksa* y la *pratyaka* no están divididas por un muro insalvable... sino que en sus niveles representan una jerarquía de formas de conciencia que abarcan desde lo animal a lo divino, según los cuales puede funcionar el individuo mismo en distintas ocasiones». *The Transformation of Nature in Art*, p. 133.

14. Ken Wilber, «Psychologia Perennis: The Spectrum of Consciousness», *Journal of Transpersonal Psychology*, vol. VII, n.º 2 (1975).

## Capítulo 2

1. D. T. Suzuki, *Essays in Zen Buddhism*, primera serie (Londres, Rider and Co., 1970), p. 131.

2. Brown, B. Spencer, *Laws of Form* (Nueva York, Julian Press), pp. 104-105.

3. L. L. Whyte, *The Next Development in Man* (Nueva York, New American Library, 1950), p. 106.

4. Declaración hecha con respecto a Nietzsche, pero que encaja perfectamente en este contexto. Estoy en deuda con A. Watts por la analogía.

5. Werner Heisenberg, *Physics and Philosophy: The Revolution in Modern Science* (Harper, 1958), p. 198.

6. Saxe Commins y Robert N. Linscott, editores, *Man and the Universe, the Philosophers of Science* (Nueva York, Washington Square Press, 1969), p. 428.

7. Matemáticamente, $\Delta\chi\Delta\rho \geq h/4\pi$, donde $\Delta\chi$ es la incógnita de una coordenada, $\Delta\rho$ la incógnita del componente impulsivo correspondiente y $h$ la constante de Planck.

8. Alfred North Whitehead, *Science and the Modern World* (Nueva York, The Free Press, 1967), p. 16.

9. Louis De Broglie, *The Revolution in Physics* (Nueva York, Noonday Press, 1953), p. 14.

10. J. W. N. Sullivan, *The Limitations of Science* (Nueva York, Mentor Books, 1949), p. 140.

11. E. N. da C. Andrade, *An Approach to Modern Physics* (Nueva York, Doubleday Anchor Books, 1957), p. 255.

12. «La prueba de Gödel», «Scientific American» CXCVI.6 (junio 1965), pp. 71-86. Demuestra que tanto lógica como físicamente, la verificación no es prueba absoluta de la realidad. Si todo debe ser verificado, ¿cómo se verifica al verificador, ya que él forma también parte del todo?

13. Commins y Linscott, *Man and the Universe*, p. 457.

14. Ibíd., p. 450.

15. Ibíd., p. 390.

16. J. Bronowski, *The Common Sense of Science* (Cambridge, Harvard University Press, 1955), p. 77. (La cursiva es mía.)

17. Erwin Schroedinger, *What is Life? and Mind and Matter* (Londres, Cambridge University Press, 1969), p. 137. (La cursiva es mía.)

18. Werner Heisenberg, *The Physicist's Conception of Nature* (Harcourt, Brace, 1958), p. 24.

19. Erwin Schroedinger, *My View of the World* (Londres, Cambridge University Press, 1964), p. 62.

20. Ludwig Wittgenstein, *Tractatus Logico-Philosophicus* (Londres, Routledge and Kegan Paul, 1969), p. 37.

21. Whyte, *Next Development in Man*, p. 42.

22. Commins y Linscott, *Man and the Universe*, p. 453. (La cursiva es mía.)

23. De su *The Nature of the Physical World* (Londres, Cambridge University Press, 1928). Citado por Schroedinger en *What is Life?* (véase nota 17, p. 130).

24. Ibíd., p. 130. (La cursiva es mía.)

25. Commins y Linscott, *Man and the Universe*, p. 384.

26. Ibíd., p. 486. (La cursiva es mía.)

27. Véase Alan W. Watts, *Psychotherapy East and West* (Nueva York, Ballantine Books, 1969).

28. Schroedinger, *What is Life?*, p. 146.

29. Ibíd., p. 137.

30. Debemos hacer hincapié en que este segundo modo de conocimiento, denominado introspección, intuición, prajna, etcétera, no debe confundirse en modo alguno con lo que comúnmente llamamos «presentimiento» o «intuición». A lo largo de los tiempos, el conocimiento basado en los «presentimientos» goza de un historial muy pobre en el pensamiento occidental, y tanto filósofos como científicos se horrorizan cuando se habla en la actualidad de dicho tipo de conocimiento, lo que es perfectamente comprensible, dado que muchas de las cosas «evidentes» reveladas por este tipo de «intuición» han resultado ser en su mayoría falsas. Por el contrario, este segundo modo de conocimiento del que hablamos es un conocimiento transparente, desprovisto de contenido, carente de dimensión, en el que el conocedor y lo conocido son un mismo proceso.

31. Alan W. Watts, *The Ways of Zen* (Nueva York, Vintage Books, 1957), p. 4.

32. Ibíd., p. 10.

33. Eliot Deutsch, *Advaita Vedanta, A Philosophical Reconstruction* (Honolulú, East-West Center Press, 1969), p. 82.

34. Ibíd., p. 83.

35. Nicholas Berdyaev, *Spirit and Reality* (Nueva York, 1939).

36. Raymond B. Blakney, traductor, *Meister Eckhart* (Nueva York, Harper Torchbooks, 1941), p. 79.

37. D. T. Suzuki, *Studies in Zen* (Dell Publishings, 1955), p. 85.

38. En cuanto al criterio de Whitehead véase *The Concept of Nature*, *Science and the Modern World*, *Process and Reality*, *Nature and Life*, y *Adventures of Ideas*.

39. John J. McDermott, *The Writings of William James* (Nueva York, Modern Library, Random House, 1968), p. 155.
40. Ibíd., p. 157.

**Capítulo 3**

1. Alan W. Watts, *Myth and Ritual in Christianity* (Boston, Beacon Press, 1970), pp. 14-15.
2. Sólo porque es lo que san Agustín llamó una «sabiduría que no se hace, sino que es ahora lo que siempre ha sido y será».
3. Teilhard de Chardin, *The Phenomenon of Man* (Nueva York, Harper Torchbooks, 1965), pp. 43-44.
4. Compárese Chuang Tzu, «Las tres de la madrugada»:

«Estrujarse los sesos intentando convertir las cosas en una sin darse cuenta de que ya lo son, es lo que se llama "las tres de la madrugada". ¿Qué quiero decir con "las tres de la madrugada"? Cuando un domador de monos repartía bellotas, dijo: "Recibiréis tres de madrugada y cuatro por la noche". Esto enfureció a los simios. "Bien, de acuerdo —dijo entonces—, os daré cuatro de madrugada y tres por la noche." Entonces todos los monos se pusieron contentos. No hubo ningún cambio en la realidad tras las palabras y, sin embargo, los simios respondieron con enojo o alegría. Bien, dejémoslos si es eso lo que desean. El sabio armoniza con lo acertado y con lo equívoco, y permanece en armonía con el cielo.»

Resumiendo, los «fragmentos» jamás han existido y, por consiguiente, es evidente que no se pueden «unir» para formar un «uno completo». En palabras de Suzuki:

«A menudo hablamos de identificación en nuestra disciplina Zen, pero la palabra no es exacta. Identificación presupone la oposición original de dos términos, sujeto y objeto, pero la verdad es que desde el principio no existen dos términos opuestos cuya identificación pueda alcanzarse por el Zen. Más vale decir que nunca ha habido separación alguna entre sujeto y objeto... Los seguidores de la identidad y la tranquilidad merecen ser advertidos: están repletos de conceptos; que se eleven a los hechos y vivan en y con ellos.» *Zen and Japanese Culture*, p. 359.

5. Erwin Schroedinger, *My View of the World* (Londres, Cambridge University Press, 1964), p. 21.
6. Alan W. Watts, *The Wisdom of Insecurity* (Nueva York, Vintage Books, 1968), p. 114.
7. G. S. Brown, *Laws of Form* (Nueva York, Julian Press), p. 77.
8. H. A. Giles, *Chuang Tzu* (Shanghai, Kelly and Walsh, 1926), p. 351.

9. Saxe Commins y Robert N. Linscott, editores, *Man and the Universe, the Philosophers of Science* (Nueva York, Washington Square Press, 1969), p. 395.

10. Schroedinger, *My View of the World*, p. 21.

11. Ibíd., p. 37. (La cursiva es mía.)

12. Erwin Schroedinger, *What is Life? and Mind and Matter* (Londres, Cambridge University Press, 1969), p. 139.

13. Ibíd., p. 165.

14. Ibíd., p. 95. (La cursiva es mía.)

15. Commins y Linscott, *Man and the Universe*, p. 419.

16. D. T. Suzuki, *Studies in the Lankavatara Sutra* (Londres, Routledge and Kegan Paul, 1968), pp. 243-245.

17. Garma C. C. Chang, *The Buddhist Teaching of Totality* (University Park, Pennsylvania State University Press, 1971), p. 173.

18. Extracto de *Awakening of Faith*, 3.ª parte, capítulo 1. Una venerable traducción es la de Yoshito S. Hakeda (Nueva York, Columbia University Press, 1968).

19. John Blofeld, traductor, *The Zen Teaching of Huang Po* (Nueva York, Grove Press, 1958), pp. 29-30.

20. Puech Guillaumont, Till Quispel y 'Abd al Masih, traducción, *The Gospel According to Thomas* (Nueva York, Harper, 1959), pp. 17-19.

21. Ibíd., p. 43.

22. M. R. James, *The Apocryphal New Testament* (Oxford, 1924), p. 353.

23. Lin Yutang, editor, *The Wisdom of China and India* (Nueva York, The Modern Library), p. 636.

24. D. T. Suzuki, *Essays in Zen Buddhism, First Series* (Londres, Rider and Co., 1970), p. 199.

25. Ibíd., segunda serie, p. 21.

26. Ibíd., primera serie, p. 87.

27. Ananda K. Coomaraswamy, *Christian and Oriental Philosophy of Art* (Nueva York, Dover, 1956), p. 50.

28. T. R. V. Murti, *The Central Philosophy of Buddhism* (Londres, George Allen and Unwin, 1960), pp. 131-132.

29. Alan W. Watts, *Psychotherapy East and West* (Nueva York, Ballantine, 1969), p. 160.

30. Compárese Nietzsche, «lo que pueda pensarse, no puede ser más que ficción». Y «la lógica se apoya en presupuestos a los que nada en el mundo actual corresponde».

31. Suzuki, *Essays in Zen Buddhism*, tercera serie, p. 266.

32. Suzuki, *The Lankavatara Sutra*, pp. 67-68.

33. Murti, *Central Philosophy of Buddhism*, pp. 212-214.

34. Ibíd., p. 160.

35. Benjamin Lee Whorf, *Language, Thought and Reality*, editor John B. Carroll (Cambridge, MIT Press, 1956), pp. 262-263.

36. William James, *The Principles of Psychology*, vol. I (Nueva York, Dover Publications), pp. 284-285.

37. *Madhyamika Shastra*, XV. 3. Véase Suzuki, «la realidad se diferencia y el vacío se desvanece en el vacío».

38. Chang, *Buddhist Teaching of Totality*, p. 156.

39. Ludwig von Bertalanffy, *General System Theory* (Nueva York, George Braziller, 1968), pp. 45, 49.

40. Alfred North Whitchead, *Modes of Thought* (Nueva York, Free Press, Macmillan, 1968).

41. Joseph Needham, *Science and Civilization in China*, vol. 2 (Londres, Cambridge University Press, 1956), p. 582.

42. John J. McDermott, *The Writings of William James* (Nueva York, Modern Library Random House, 1968), p. 157.

43. A. K. Coomaraswamy, *Hinduism and Buddhism* (Nueva York, Philosophical Library), p. 28.

44. Compárese con Coomaraswamy, «lo que se demuestra con las analogías no es la influencia de un sistema ideológico sobre otro, sino la coherencia de la tradición metafísica en el mundo a lo largo de los tiempos». *Transformation of Nature in Art*, p. 202.

**Capítulo 4**

1. Nicholas Berdyaev, *Spirit and Reality* (Nueva York, 1939), pp. 5, 53. Compárese: «Definitivamente el sastra no pretende presentar a Brahma en tal o cual objeto, su propósito es más bien mostrar a Brahma como sujeto eterno (pratyagatman, yo interior —por encima del sujeto/objeto—), nunca como objeto, eliminando así la distinción entre objetos conocidos, conocedores, actos de conocimiento, etcétera, creada ficticiamente por la nesciencia». Comentario de Shankara en los *Vedanta Sutras of Badarayana*, traducción de George Thibaut.

2. Ibíd., pp. 198-199.

3. Arthur Osborne, *The Collected Works of Ramana Maharshi* (Londres, 1959), p. 25.

4. Philip Kapleau, *The Three Pillars of Zen* (Boston, Beacon Press, 1965), p. 162.

5. Shankara, *Crest-Jewel of Discrimination*. Prabhavananda, Swami y Christopher Isherwood, traductores (Nueva York, Mentor Books, 1947), p. 52.

6. Comentario de Shankara sobre *Kena Upanishad*, en René Guénon, *Man and His Becoming* (Londres, Luzac, 1945), p. 114.

7. Lao Tzu, capítulo XIV.

8. G. S. Brown, *Laws of Form* (Nueva York, Julian Press).

9. John Blofeld, traductor, *The Zen Teaching of Huang Po* (Nueva York, Grove Press, 1958), pp. 33, 35.

10. Y. S. Hakeda, traductor, *The Awakening of Faith* (Nueva York, Columbia University Press, 1968), pp. 50, 53.

11. *Chandogya Upanishad*, 6.8.6.

12. Ananda K. Coomaraswamy, *Time and Eternity* (Suiza, Ascona, 1947), p. 71n.

13. Para un relato popular, véase Alan W. Watts, *The Supreme Identity* (Vintage Books, 1972), capítulo 1.

14. Blofeld, *Zen Teaching*, p. 84.

15. T. R. V. Murti, *The Central Philosophy of Buddhism* (Londres, George Allen and Unwin, 1960), p. 141.

16. Así dice Coomaraswamy: «No sería una exageración afirmar que un relato fiel del hinduismo podría consistir perfectamente en una refutación categórica de la mayor parte de lo que se ha dicho sobre el mismo, tanto por intelectuales europeos como por indios formados en nuestras formas de pensar modernas, escépticas y evolucionistas. Podríamos empezar, por ejemplo, señalando que la doctrina védica no es panteísta ni politeísta...». *Hinduism and Buddhism*, p. 3. Asimismo, Suzuki afirma: «Esto es lamentable, ya que el panteísmo es algo ajeno al Zen... Incluso cuando el Zen se explaya en la intelección, nunca se adhiere a una interpretación panteísta del mundo. Para empezar, no existe uno en Zen. Si el Zen a veces habla de uno como si lo reconociera, no es más que una especie de concesión al habla popular (a la forma de señalar analógica)». *Zen and the Japanese Culture*, p. 32.

17. Rollo May, *Paulus* (Nueva York, Harper and Row), p. 87.

18. San Dionisio, *The Divine Names*, X.3.

19. R. B. Blakney, traductor, *Meister Eckhart* (Nueva York, Harper Torchbooks, 1941), pp. 62, 212.

20. Coomaraswamy, *Time and Eternity*, p. 112. Véase Suzuki: «Pero si no logramos convertir "era" o "será" en "es", no alcanzaremos la paz mental ni lograremos escapar del pavor...». *Mysticism, Christian and Buddhist*, p. 53.

21. Nicholas de Cusa, *The Vision of God*, capítulo X.

22. Osborne, *Collected Works*, p. 73; también *The Spiritual Teaching of Ramana Maharshi* (Berkeley, Shambhala, 1972), p. 47.

23. Blofeld, *Zen Teaching*, p. 124.

24. D. T. Suzuki, *Essays in Zen Buddhism*, tercera serie (Londres, Rider and Co., 1970).

25. Hakeda, *The Awakening of Faith*, p. 39.
26. Chang Chung-yuan, traductor, *Original Teachings of Ch'an Buddhism* (Nueva York, Pantheon, 1969), p. 100.
27. De *Sutta Nipata*.
28. Jalalu'd Rumi, *Mathnawi*, III. 1152-3, I. 132-3, y VI. 2715.
29. Erwin Schroedinger, *What is Life? and Mind and Matter* (Londres, Cambridge University Press. 1969), pp. 145, 165.
30. Coomaraswamy, «Physics», *Time and Eternity*, p. 80.
31. Ibíd., pp. 80-81.
32. Alan W. Watts, *the Wisdom of Insecurity* (Nueva York, Vintage, 1968), p. 82.
33. Schroedinger, *What is Life?*, p. 145.
34. Bertrand Russell, *A History of Western Philosophy* (Nueva York, Simon and Schuster, 1945).
35. René Guénon, *The Metaphysique Orientale*, pp. 17, 140.
36. A. K. Coomaraswamy, *Hinduism and Buddhism* (Nueva York, Philosophical Library), p. 37.
37. Ludwig Wittgenstein, *Tractatus Logico-Philosophicus* (Londres, Routledge and Kegan Paul, 1969), p. 147.
38. Coomaraswamy, *Time and Eternity*, p. 114.
39. D. T. Suzuki, *Mysticism: Christian and Buddhist* (Macmillan, 1957), p. 12.
40. Ibíd., p. 13.
41. Coomaraswamy, *Time and Eternity*, p. 29n.
42. A. K. Coomaraswamy, *The Bugbear of Literacy* (Londres, Dobson, 1949).

**Capítulo 5**

1. A. K. Coomaraswamy, *Hinduism and Buddhism* (Nueva York, Philosophical Library).
2. G. S. Brown, *Laws of Form* (Nueva York, Julian Press), p. V.
3. Ibíd., p. V.
4. Ibíd., p. V.
5. Ibíd., p. 84.
6. Ibíd., p. 104.
7. Y. S. Hakeda, traductor, *The Awakening of Faith* (Nueva York, Columbia University Press, 1967), p. 50.
8. D. T. Suzuki, *Studies in the Lankavatara Sutra* (Londres, Routledge and Kegan Paul, 1968), p. 133.
9. Se supone que lo que se ha denominado «el defecto principal de la

tradición mística» es «su tendencia a aludir las responsabilidades de la historia y emprender aventuras prematuras en la eternidad». Esto es totalmente incorrecto, ya que el auténtico místico no huye de la historia, se niega simplemente a permanecer atado a la misma. Hay una enorme diferencia entre lo uno y lo otro, como la hay entre el seudomisticismo del misticismo puro. En realidad, cabe afirmar que el místico es el *único* que no huye de la realidad del presente y, por consiguiente, sólo él es capaz de ver la historia en su verdadero contexto. Por otra parte, esto no tiene en cuenta el hecho de que «la eternidad está enamorada de las producciones del tiempo».

10. Vasana es también semejante a «bija», las denominadas «semillas del recuerdo», diferentes en matiz, pero no en género, de los pensamientos memorísticos «cotidianos».

11. Suzuki, *Studies in the Lankavatara Sutra*, p. 190.

12. E. Deutsch, *Advaita Vedanta, A Philosophical Reconstruction* (Honolulú, East-West Center Press, 1969), p. 28.

13. Coomaraswamy, *Hinduism and Buddhism*, p. 6.

14. Ibíd., p. 7.

15. Ibíd., p. 11.

16. Ibíd., p. 9.

17. Ibíd., p. 33.

18. Ibíd., p. 12.

19. Ejemplo: En la «próxima gran creación» el espíritu concebirá de nuevo y las aguas (como la Madre Virgen María, estrella de los mares) volverán a dar luz a la palabra (Verbo) hecha carne, Jesucristo. Asimismo, «a no ser que el hombre nazca del agua y del espíritu, no podrá entrar en el reino de Dios». (Juan 3:5.) De ahí el hombre renacido, recreado, que es la «tercera gran creación».

20. Alan Watts, *Myth and Ritual in Christianity* (Boston, Beacon Press, 1970), p. 47. Véase *Pancavimsa Brahmana*, VII, 8, 1: «Estando las aguas (materia prima, materia virgen) maduras para concebir, Vayu (es decir, el viento, espíritu masculino, que concibe por espiración) se desplazó por su superficie (compárese con la *Suma teológica* de santo Tomás de Aquino, I, 74: «El espíritu del Señor significa el Espíritu Santo, del que se dice que se desplaza sobre el agua; es decir, sobre lo que para Agustín significa materia sin forma» —a saber, materia prima—), con lo que pasó a existir una cosa maravillosa (el Verbo, imagen/matriz del mundo), allí en las aguas permanecían reflejadas Mitra-Varuna». Citado en *Transformation of Nature in Art*, p. 120. Compruébese también la conexión entre maya y narcisismo, génesis por autorreflejo divino, como en el *Sebstabbildung* de Boehme, donde toda división (y por tanto creación) es un efecto del autorreflejo, «motivado» por la exuberancia amorosa (karuna), «ya que tanto

amaba Dios al mundo», que era no obstante su propia imagen. Este narcisismo divino es una ilusión creativa, una forma juguetona de dividir la multiplicidad integral de ese uno en la dualidad del original y la imagen reflejada (dualismo primario), juego en el que, según nuestro grado de madurez, se nos invita a participar. Por ello la disciplina budista está diseñada para transmutar trishna, o narcisismo egoico, en karuna, o narcisismo divino; es decir, transmutar el amor por sí mismo, que excluye el amor por los demás, en amor por Sí-mismo, que *es* amor por los demás.

21. Por ello Lao Tzu proclama que «nombrar (palabra y pensamiento) es la madre de diez mil cosas (el mundo)».

22. Watts, *Myth and Ritual in Christianity*, p. 52.

23. Norma O. Brown, *Life Against Death, the Psychoanalytical Meaning of History* (Middletown, Wesleyan University Press, 1959), p. 52.

24. La creación permanente está por completo desprovista de causa, volición, movimiento, trabajo o esfuerzo. Es espontánea, sin referencia al pasado ni al futuro, *sahaja, tzu jan*. Por ello «el principio del Tao es la espontaneidad». (Lao Tzu, XXV.) En el esfuerzo o en el trabajo está implícita la resistencia y no hay nada ajeno a la cabeza divina que pueda ofrecer resistencia, de ahí que su actividad sea «moción sin locomoción», el movedor inmóvil, la inmovilidad dinámica. Véase en Eckhart: «Cuando Dios creó los cielos, la tierra y los seres vivientes, no trabajó; no realizó ningún esfuerzo». Así, Eckhart describe la actividad de Dios como un juego, al que «juega eternamente ante todos los seres vivientes». Sin embargo, «los participantes son los propios espectadores». Asimismo, la actividad de Brahma es «lila», juego, espontaneidad; véase lo que sigue en Coomaraswamy: «Todo esto indica que lo que denominamos proceso del mundo y creación no es más que un juego que el Espíritu juega consigo mismo y al igual que la luz del sol "juega" con lo que ilumina y lo acelera, sin que la afecten sus aparentes contactos». *Hinduism and Buddhism*, p. 14. La creación es psicodrama.

Inexorablemente, por tanto, si donde cae el hombre es en el esfuerzo y el trabajo («Adán cayó cuando dicho juego se convirtió en asunto serio»), es finalmente del esfuerzo y del trabajo de lo que será liberado; liberado no de la actividad sino de la actividad volutiva. De ahí que la vida del bodhisattva sea «anabhogacarya», una vida de actos sin esfuerzo y desprovistos de propósito, motivada no por pereza sino por karuna o compasión universal; la volición, el propósito, sólo tiene sentido en el tiempo. Tampoco hay esfuerzo en prajna, por tratarse de conocimiento adimensional, cuando el bodhisattva «entra en un momento y con conocimiento desprovisto de esfuerzo en el reino (de la realidad) alcanzado por el omnisapiente». *Dasabhumika Sutra*.

25. Coomaraswamy, *Hinduism and Buddhism*, p. 9.

26. *The Spiritual Teaching of Ramana Maharshi* (Berkeley, Shambhala, 1972), p. 92.

27. Hubert Benoit, *The Supreme Doctrine* (Nueva York, Viking Press, 1955), pp. 33-34. (La cursiva es mía.)

28. Brown, *Life against Death*, pp. 84, 100.

29. Ibíd., p. 284.

30. Ibíd., pp. 91, 93.

31. Ibíd., p. 159.

32. Benoit, *Supreme Doctrine*, p. 35.

33. Así pues, las tradiciones orientales no eluden el conocimiento sensual, sino el conocimiento sensual contaminado por la conceptualización. Así, Seng-tsan, en *Hsin hsin Ming*, afirma que «cuando uno no está en antagonismo con los sentidos, resulta ser lo mismo que la iluminación completa». Y Suzuki declara: «*Debido a la conceptualización*, nuestras experiencias sensoriales nos ofrecen una imagen incorrecta del mundo». *Zen and Japanese Culture*, p. 175. Y en otro lugar: «He llegado a la conclusión de que "sentir" es un término más adecuado que "intuir" para lo que Zen afirma experimentar; "sentir" es algo que los psicólogos generalmente distinguen en otras actividades de la mente». Ibíd., p. 219. Ese «sentimiento puro» no contaminado por la conceptualización es lo que denominamos «conciencia organísmica».

34. Desde el punto de vista psicoanalítico, esta represión del conciencia-miento corporal acaba por concentrarse en el área genital. Véase N. O. Brown: «Si la sexualidad adulta normal es una pauta que se ha desarrollado a partir del deleite infantil en las actividades placenteras de todas las partes del cuerpo humano, lo que originalmente era una capacidad de placer corporal mucho más amplia ha quedado considerablemente reducido, concentrado en un órgano determinado (el genital)... Entonces, la pauta de la sexualidad adulta normal (en terminología de Freud, organización genital) es una tiranía... Los niños son polimórficamente perversos (es decir, se deleitan profundamente con la vida total del organismo, mientras que) la sexualidad adulta constituye una restricción antinatural del potencial erótico del cuerpo humano». Psicoanalíticamente, vivir en el nivel egoico equivale a poseer organización genital y, por consiguiente, la fórmula psicoanalítica clásica (por increíble que parezca) es la siguiente: alma = falo. Si esto parece algo fantástico, muchos sabios, como Krishnamurti, dicen ser perversos polimorfos.

35. Brown, *Life against Death*, p. 167.

36. Benoit, *Supreme Doctrine*, p. 42.

37. Conviene aclarar en este punto que el nivel existencial, como corporeización de los dualismos primario y secundario, es en realidad un calambre o una perturbación, *el* calambre o perturbación anclado en la raíz de

la *auto*identidad del individuo. Además, dicho calambre —que Benoit denomina espasmo y Franklin Jones contracción— es el motor fundamental de toda actividad humana. Y sólo hay un género de combustible para dicho motor: el deseo de regresar al paraíso terrenal, de reunirse de nuevo con Dios, que es, por supuesto, el deseo de Dios de encontrarse a sí mismo. Con la aparición de los dualismos primario y secundario, el hombre es expulsado del paraíso (es decir, Dios sale de sí mismo, «kenosis»), y, así, Dios se convierte en inconsciente (es decir, el inconsciente primario que es la Mente, correspondiente al dualismo primario. «Pero el inconsciente es la verdadera realidad psíquica; y el inconsciente es el Espíritu Santo.» Brown, *Love's Body*, p. 195). El hombre, máscara de Dios, procura entonces unirse de nuevo a él, pero esto es ahora imposible, ya que en el movimiento del buscador está implícita la auténtica dualidad del buscador contra lo buscado, y Dios está donde no se encuentra dicha dualidad primaria. Así, el hombre se ve empujado a «gratificaciones sustitutorias», básicamente simbólicas, en las que intenta recuperar el paraíso no dual. Sin embargo, el hombre no sabe que lo que busca es el paraíso terrenal. Su deseo es «inconsciente». Cree que lo que quiere es éxito, prestigio, dinero, etcétera. Además, puesto que por la vía del dualismo no logra encontrar nunca la Mente, jamás se siente del todo a gusto consigo mismo; de ahí el espasmo básico, el calambre primordial que es el nivel existencial; el hombre, animal descontento, en busca de reunión por un camino que se lo impide.

Existe una correspondencia psicoanalítica. El niño es polimórficamente perverso, a merced del principio de placer, realidad erótica y juguetona, en contacto con la conciencia organísmica pura, que en sánscrito se denomina «prana», en griego «pneuma», en árabe «ruh» y en chino «chi». Sometido a represión, el prana se sumerge y el hombre se ve empujado a la «gratificación sustitutoria», pero «no acaba de convencerle porque siendo pequeño probó la fruta del árbol verdadero, sabe lo buena que es y nunca lo olvida». Freud nunca llegó a comprender que dicho «prana» pudiera despertar en forma madura, que la regresión en el hombre no es necesaria para regresar al paraíso. La correspondencia es que «prana» equivale exactamente al Espíritu Santo.

38. R. D. Laing, *The Politics of the Family* (Nueva York, Pantheon, 1971), p. 117.

39. B. L. Whorf, *Language, Thought, and Reality* (Cambridge, MIT Press, 1956), pp. 221, 252.

40. Ibíd., pp. 213, 240.

41. Ibíd., p. 215.

42. Ibíd., pp. 240, 243.

43. Alan Watts, *The Way of Zen* (Nueva York, Vintage, 1957), p. 6.

44. Gardner Murphy y Lois B. Murphy (editores), *Asian Psychology* (Nueva York, Basic Books, 1968), p. 213.

45. John Maynard Keynes, *Essays in Persuasion*. Citados en la nota 23, p. 107-108. Véase Chuang Tzu: «Uno ve su huevo y espera que cacaree».

46. G. Bateson, *Steps to an Ecology of Mind* (Nueva York, Ballantine, 1972), p. 201.

47. Ibíd.

48. T. Rozak, editor. *Sources* (Nueva York, Harper and Row, 1972), capítulo V.

49. Wei Wu Wei. *Posthumous Pieces* (Hong Kong, Hong Kong University Press, 1968), p. 5.

50. Norman O. Brown, *Love's Body* (Nueva York, Vintage, 1966).

51. E. Fromm, D. T. Suzuki y R. DeMartino, *Zen Buddhism and Psychoanalysis* (Nueva York, Harper and Row, 1970).

52. Ibíd. La «gama filosófica» es semejante, aunque por supuesto no idéntica, al superego freudiano. Nuestra interpretación de la teoría psicoanalítica de la generación del superego (siguiendo a Norman O. Brown) es como sigue: el niño, después de la construcción del dualismo primario, se enfrenta a la inminente posibilidad de la muerte y, así, en su fantasía aspira a eludirla, reprimirla, huir de ella. Esta construcción del dualismo secundario de la vida contra la muerte florece en pleno proyecto edípico, que es el intento por parte del niño de *eludir la muerte convirtiéndose*, en su fantasía, *en padre de sí mismo*. A este efecto la libido se concentra en la región genital. Sin embargo, el proyecto se ve repentinamente truncado por la aparición del complejo de castración, que interrumpe permanentemente la solución *corporal* del niño al complejo de Edipo. Pero sigue buscando soluciones *fantasiosas*. Con el complejo de castración, el niño interioriza a los padres como superego y logra, en su fantasía, convertirse en su propio padre. En cierto sentido se ha convertido en su propio padre, pero a costa de seguir siendo su propio hijo. Además, como ya hemos mencionado, el complejo de castración trae como consecuencia la desvinculación del ego y del cuerpo, ya que la solución *corporal* al problema edípico da lugar a soluciones puramente *mentales*. Esto es, por supuesto, el dualismo terciario. Así, en el nivel egoico, nos encontramos con un ego tripartito desvinculado del cuerpo: el superego, el ego adulto y el ego infantil, apoyados *todos ellos* en la visión de la muerte (dualismo secundario). Esta estructura egoica tripartita ha sido observada por muchos investigadores. El análisis transaccional se refiere a la misma como estados egoicos del padre, adulto y niño; Perls, por su parte, los denomina dominante, egocéntrico y dominado. Estamos de acuerdo con esta estructura tripartita básica del nivel egoico.

Ahora bien, en el nivel egoico, lo problemático no es precisamente la

existencia de padre/adulto/niño, que *todo* el mundo posee como condición inevitable de la biosocialización. La cuestión es si se comprenden, si somos conscientes de los mismos y si los utilizamos conscientemente, en lugar de ser sus imprevistos instrumentos. Inicialmente son «inconscientes», se convierten en sombra (dualismo cuaternario) y *éste* es precisamente el problema. Puesto que me he ocupado detalladamente del tema en un artículo, que en la actualidad está en vías de publicación (*A Working Synthesis of Transactional Analysis and Gestalt Therapy*, «Psychotherapy: Theory, Research, and Practice»), aquí he preferido no extenderme. Permítanme simplemente agregar que la gama filosófica contiene las premisas y los paradigmas agregados a lo largo de la vida y no sólo los de padre/hijo introducidos en los primeros cinco años de la vida, por importantes que puedan ser. La gama filosófica es la morada de las premisas personales (incluidas las de padre e hijo) y como premisa es un *metamensaje*, cuya relación con la sombra es evidente.

53. ¿Es preciso mencionar que esto destruye por completo el concepto de causalidad? Si no hay antes ni después, tampoco hay causa ni efecto.

54. Ananda K. Coomaraswamy, *The Dance of Shiva* (Nueva York, Noonday Press, 1957), p 10.

55. Una vez más, «juego» porque la actividad de la cabeza divina es espontánea, sin referencia al tiempo, inmóvil, sin motivación ni esfuerzo. También cabe mencionar que, puesto que la actividad de la Mente carece de propósito, de esfuerzo y es atemporal, excluye toda doctrina de emanación, que considera la manifestación necesaria. Incluso el término «manifestación», en la forma en que lo utilizamos, puede ser mal interpretado, ya que sugiere erróneamente que los fenómenos «salen» de la Mente, cuando, en realidad, no hay nada fuera de la misma. La emanación, que después de todo es una forma de panteísmo (véase la nota IV.16), es insostenible en cuanto a que es dualista (lo mucho emana de la unidad, como si estuvieran separados), imponiendo limitaciones espaciales y temporales sobre la Mente. Los fenómenos no emanan de la Mente: cada fenómeno *es* Mente; hecho oscurecido por nuestra forma dualista de conocer.

**Capítulo 6**

1. John J. McDermott, *The Writings of William James* (Nueva York, Modern Library, 1968), p. 168. Corregiríamos su última declaración, para ajustarla a la de Eckhart: el sujeto y el objeto se funden pero no se confunden.

2. Véase en Suzuki: «Parte del presente absoluto que es pura experiencia, una experiencia en la que no existe todavía diferenciación entre

sujeto y objeto». Sin embargo, por experiencia pura no se entiende un realismo ingenuo, una visión de que la realidad no consta más que de los simples objetos de nuestros sentidos, ya que la idea de que nuestros sentidos perciben «objetos» es ya una idea que filtra lo real. Así, «en realidad, decir "experiencia pura" equivale a comprometerse con algo ya propuesto y, por consiguiente, deja de ser pura».

3. Henrich Zimmer, *Philosophies of India* (Londres, Routledge and Kegan Paul, 1951), p. 20.

4. Debido a limitaciones de espacio, he eliminado las comparaciones con la psicosíntesis de Roberto Assagioli y con la obra de Stanislav Grof. Existen muchas razones para recomendar dichos enfoques «pluridimensionales» y considero que en lo esencial son perfectamente compatibles con el espectro de la conciencia. Véase *Psychosynthesis* de Assagioli, y en cuanto al espléndido trabajo experimental de Grof en los reinos de la gama transpersonal, véase *The Journal of Transpersonal Psychology*.

5. En realidad, no existe fusión con el centro. Estamos siempre fundidos con el centro. Se trata más bien de comprender ahora dicha unión eterna y no de crearla para mañana.

6. Una vez más, la idea de Atman como «sustrato» de las pantallas es pura metáfora. Atman no es sustrato ni superposición de nada. *Es* las pantallas, la auténtica naturaleza de cada una de ellas. La metáfora es cortesía, no realidad.

7. E. Deutsch, *Advaita Vedanta, A Philosophical Reconstruction* (Honolulú, East-West Center Press, 1969), p. 63.

8. A. Osborne, editor, *The Collected Works of Ramana Maharshi* (Londres, Rider, 1959), pp. 22-24.

9. D. T. Suzuki, *Studies in the Lankavatara Sutra* (Londres, Routledge and Kegan Paul, 1968), p. 175.

10. Ibíd., p. 190. Manas actúa, en otras palabras, para reflejar y así objetivizar la Mente.

11. Ibíd., p. 190.

12. Ibíd., p. 191.

13. Ibíd., pp. 191-192.

14. D. T. Suzuki, *The Zen Doctrine of No Mind* (Londres, Rider, 1970), p. 46.

15. Ibíd., p. 133.

16. Ibíd., pp. 143-144.

17. Ibíd., p. 144.

18. Lama Govinda, *Foundations of Tibetan Mysticism* (Nueva York, Samuel Weiser, 1973), pp. 148-149.

19. Ken Wilber, *Psychologia Perennis: The Spectrum of Consciousness*, «Journal of Transpersonal Psychology», vol. 7, n.º 2 (1975).

20. *Chuang Tzu*, capítulo 2.
21. R. D. Laing, *The Politics of the Family* (Nueva York, Pantheon, 1971), p. 82.
22. John Lilly, *The Center of the Cyclone* (Nueva York, Julian Press, 1972).
23. C. G. Jung, *Psyche and Symbol* (Nueva York, 1958).
24. Estas citas han sido elegidas al azar entre las inspiradoras notas de Roland Fischer, Maryland Psychiatric Research Center.
25. H. Benoit, *The Supreme Doctrine* (Nueva York, Viking Press, 1955), p. 179.
26. Ibíd., p. 179.
27. Ibíd., p. 179. (La cursiva es mía.)
28. A. K. Coomaraswamy, *Time and Eternity* (Suiza, Ascona, 1947), p. 68n.
29. Benoit, *Supreme Doctrine*, p. 180.
30. Ibíd., p. 180.
31. Ibíd., p. 180. (La cursiva es mía.)
32. Erwin Schroedinger, *What is Life? and Mind and Matter* (Londres, Cambridge University Press, 1969), p. 133. (La cursiva es mía.)
33. *The Spiritual Teachings of Ramana Maharshi* (Berkeley, Shambhala, 1971).
34. Suzuki, *Zen Doctrine of No Mind*, p. 134.
35. Benoit, *Supreme Doctrine*, pp. 180-181. (La cursiva es mía.)
36. Ibíd., pp. 180-181. (La cursiva es mía.)
37. Ibíd., pp. 184-185. (La cursiva es mía.)
38. Por tanto, en la literatura *Prajnaparamita*, prajna es *sarvajnana*, «todo conocimiento».
39. Bernard J. F. Lonergan, *Insight, A Study of Human Understanding* (Nueva York, Philosophical Library, 1970), p. XXVIII.
40. Benoit, *Supreme Doctrine*, p. 175.
41. Kitaro Nishida, *Intelligibility and the Philosophy of Nothingness* (Honolulú, East-West Press, 1958), pp. 165-167. Lo he ordenado en forma de verso.

**Capítulo 7**

1. Comunicación personal.
2. Frederick S. Perls, *Gestalt Therapy Verbatim* (Lafayette, Real People Press, 1969), p. 99.
3. Ibíd., pp. 67, 100.
4. Snell Putney y Gail J. Putney, *The Adjusted American: Normal*

*Neuroses in the Individual and Society* (Nueva York, Harper Colophon, 1966), p. 163.

5. *Tao Te Ching*, capítulo 2.

6. Lin Yutang, editor, *The Wisdom of China and India* (Nueva York, Modern Library), p. 686.

7. De *Bird Under Glass*.

8. Nicholas Berdyaev, *Freedom and the Spiritu* (Londres), p. 182.

9. Alan W. Watts, *The Two Hands of God* (Collier Books, 1969), p. 17.

10. Frederick Perls, Ralph F. Hefferline y Paul Goodman, *Gestalt Therapy* (Nueva York, Dell, 1951), p. 190.

11. Putney y Putney, *Adjusted American*, p. 50.

12. Carl Jung, *Modern Man in Search of a Soul* (Londres), pp. 271-272.

13. Perls, Hefferline y Goodman, *Gestalt Therapy*, p. 211.

14. R. D. Laing, *The Politics of Experience* (Nueva York, Ballantine Books, 1967), p. 35.

15. Perls, *Gestalt Therapy Verbatim*, p. 107.

16. Ibíd., p. 65.

17. Ibíd., p. 178.

18. En este capítulo no he distinguido entre la retroflexión y la proyección, ni he entrado en la estructura tripartita del nivel egoico y su relación con el nivel de la sombra. Me he ocupado detalladamente de estos temas en otro lugar. Véase «A Working Synthesis of Transactional Analysis and Gestalt Therapy» en *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*. Véase también la nota 53 del capítulo 5.

**Capítulo 8**

1. C. Castaneda, *Journey to Ixtlan* (Nueva York, Simon and Schuster, 1972).

2. Citado en John White, editor, *The Highest State of Consciousness* (Nueva York, Anchor, 1972).

3. R. D. Laing, *The Politics of the Family* (Nueva York, Pantheon, 1971), p. 74.

4. E. Fromm, D. T. Suzuki y R. DeMartino, *Zen Buddhism and Psychoanalysis* (Nueva York, Harper and Row, 1970).

5. A. Wilden, *Psychology Today*, vol. 5, n.º 2 (mayo 1972).

6. Véase Laing, *Politics of the Family*, p. 91, «Las reglas son en sí mismas distinciones en acción».

7. A. W. Watts, *The Book: On the Taboo Against Knowing Who You Are* (Nueva York, Collier, 1970), pp. 65-66.

8. A. Watts, *Psychotherapy East and West* (Nueva York, Ballantine, 1969), p. 53.

9. Citado en Putney y Putney, *Adjusted American*, p. XI.

10. Véase Brown, *Love's Body*, p. 159: «No es en la esquizofrenia sino en la normalidad donde la mente está dividida; en la esquizofrenia las falsas fronteras se desintegran..., los esquizofrénicos padecen de la verdad».

11. R. D. Laing, *The Politics of Experience* (Nueva York, Ballantine, 1967), pp. 28, 58.

12. Putney y Putney, *Adjusted American*, 9, p. IX.

13. Jules Henry, *Culture Against Man* (Nueva York, Random House, 1963), p. 27.

14. Ibíd., pp. 295-296.

15. Ibíd., pp. 293, 296.

16. Así, Bateson llegó a equiparar los dobles vínculos con los obturadores contextuales.

17. Laing, *Politics of Experience*, p. 73.

18. Ibíd., p. 1.

**Capítulo 9**

1. John Lilly, *The Center of the Cyclone* (Nueva York, Julian Press, 1972), p. 102.

2. Ibíd., p. 100.

3. Citado por Severin Peterson en *A Catalog of the Ways People Grow* (Nueva York, Ballantine, 1971), p. 250.

4. Evaluación de Sartre por parte de Cooper, en R. D. Laing y D. G. Cooper, *Reason and Violence* (Nueva York, Vintage, 1971), pp. 14-15.

5. Rollo May, editor, *Existential Psychology* (Nueva York, Random House, 1969), pp. 33-35.

6. Fyodor Dostoyevsky, *Memorias del subsuelo*.

7. T. Hanna, *Main Currents*, vol. 31, n.º3, 1974.

8. F. Perls, R. Hefferline y P. Goodman, *Gestalt Therapy* (Nueva York, Dell), p. 84.

9. A. Lowen, *The Betrayal of the Body* (Nueva York, Macmillan, 1967).

10. Ibíd.

11. Véase Brown, *Love's Body*, p. 143: «La línea divisoria entre el yo y el mundo exterior no guarda relación alguna con la realidad... El efecto neto del establecimiento de la frontera entre el yo y el mundo exterior es de dentro para fuera y de fuera para adentro; confusión. La erección de

una frontera no altera el hecho de que, en realidad, no existe dicha frontera. El efecto neto es una ilusión, un autoengaño; la gran mentira. O enajenación».

12. May, *Existential Psychology*, p. 42.

13. Ibíd., p. 19.

14. Huston Smith, *The Relation Between Religions*, «Main Currents», vol. 30, n.º 2, p. 52. He invertido este diagrama y, por consiguiente, he intercambiado las palabras «arriba» y «abajo» en la cita.

15. Ibíd., palabras de Smith.

16. Ibíd., p. 53.

17. Que la «terapia» pueda utilizarse para enriquecer un nivel además de «curarlo» es un logro definitivo de la psicología humanista. Así pues, en cada nivel, aunque por medios todavía poco definidos, «satisfacer deficiencias evita enfermedades; un crecimiento satisfactorio produce una salud positiva». A. H. Maslow, *Toward a Psychology of Being*, p. 32. Existen amplias oportunidades para practicar la *psicogogía* (Schwarz) en cada nivel.

**Capítulo 10**

1. C. G. Jung, *The Structure and Dynamics of the Psyche* (Nueva York, Pantheon, 1960), pp. 310-311.

2. Joseph Campbell, editor, *The Portable Jung* (Nueva York, Viking Press), p. 67.

3. Lama Govinda, *The Foundations of Tibetan Mysticism* (Nueva York, Samuel Weiser, 1973), p. 91.

4. Ibíd., p. 104.

5. P. W. Martin, *Experiment in Depth* (Londres, Routledge and Kegan Paul, 1967).

6. Govinda, *Foundations of Tibetan Mysticism*, p. 105.

7. C. G. Jung, *Modern Man in Search of a Soul* (Nueva York, Harcourt Brace, 1936).

8. C. G. Jung, *Analytical Psychology: Its Theory and Practice* (Nueva York, Vintage, 1968), p. 110.

9. Citado por J. Campbell en *The Masks of God — Creative Mythology* (Nueva York, Viking, 1968), p. 655.

10. M. Eliade, *Images and Symbols* (Sheed and Ward, 1969), p. 89.

11. Campbell, *Portable Jung*, p. XXII.

12. S. Krippner, editor, «The Plateau Experience: A. H. Maslow and others», *Journal of Transpersonal Psychology*, vol. 4, n.º 2, 1972, pp. 107-120.

13. A. H. Maslow, *Toward a Psychology of Being* (Nueva York, Van Nostrand, 1968).

14. A. H. Maslow. *The Farther Reaches of Human Nature* (Nueva York, Viking, 1971).

15. R. Assagioli, *Psychosynthesis* (Nueva York, Viking, 1965).

16. O. Fenichel, *The Psychoanalytic Theory of Neurosis* (Nueva York, Norton, 1972).

17. A. Lowen. *Depression and the Body* (Baltimore, Penguin, 1973).

18. H. Benoit. *The Supreme Doctrine* (Nueva York. Viking. 1955). Para importantes trabajos sobre ciertas facetas de la gama transpersonal, véase también Masters y Houston, *Varieties of Psychodelic Experience* (Dell); S. Grof, *Realms of the Human Unconscious* (Viking); y C. Tart, editor, *Transpersonal Psychologies* (Harper).

**Capítulo 11**

1. Trevor Legget, traductor, *A First Zen Reader* (Vermont. Tuttle, 1971), p. 85.

2. J. Blofeld, traductor, *The Zen Teaching of Huang Po* (Nueva York, Grove Press, 1958), p. 107.

3. C. Chung-yuan, traductor, *The Original Teachings of Ch'an Buddhism* (Nueva York, Pantheon, 1969), p. 21.

4. De su *Cheng-tao Ke*.

5. *Spiritual Teachings of Ramana Maharshi* (Berkeley, Shambhala, 1972), p. 53.

6. Comentario de Shankara sobre *The Vedanta Sutras of Badarayana*, George Thibaut, traductor (Nueva York, Dover), pp. 32-33.

7. *Spiritual Teachings*, pp. 72-73.

8. D. T. Suzuki, *Essays in Zen Buddhism*, primera serie (Londres, Rider, 1970), p. 348.

9. Blofeld, *Zen Teaching of Huang Po*, pp. 34, 79, 83, 112.

10. Ibíd., pp. 29-30.

11. D. T. Suzuki, *Living by Zen* (Londres, Rider, 1972), p. 177.

12. Blofeld, *Zen Teaching of Huang Po*, p. 37.

13. Wei Wu Wei, *Open Secret* (Hong Kong, Hong Kong University Press, 1970), p. 57.

14. *Spiritual Teachings*, pp. 1-2.

15. *Summa Theologica* I, Q 59, A 2.

16. J. McDermott, *The Writings of William James* (Nueva York, Modern Library, 1968), p. 156.

17. Wei Wu Wei, *All Else is Bondage* (Hong Kong, Hong Kong University Press, 1970), pp. 19, 27.

18. Wei Wu Wei, *Ask the Awakened* (Londres, Routledge and Kegan Paul, 1963), p. 1.

19. Wei, *Open Secret*, p. 157.

20. Suzuki, *Zen Buddhism*, primera serie, p. 224. Samadhi es un estado de concienciamiento no dual.

21. Thibaut, *Comentario de Shankara*, pp. 28-32.

22. Alan Watts, *Cloud-Hidden, Whereabouts Unknown* (Pantheon, 1973), p. 159. Véase Eckhart: «Le conocerás (a Dios) sin *imagen*, sin *semblante* y sin *medios*... Mientras ese él y ese yo, es decir, Dios y el alma, no sean uno solo aquí, uno solo ahora, el yo no podrá actuar ni ser uno con ese él». También Ramana Maharashi: «No hay creación ni destrucción, destino ni libre albedrío; tampoco camino ni logro; ésta es la verdad definitiva».

23. Blofeld, *Zen Teaching of Huang Po*, p. 35.

24. Dado que la Mente se enfoca habitualmente desde el nivel existencial, a través del dualismo primario del yo frente a otro, los místicos de todos los tiempos han caído generalmente en una de las dos categorías que reflejan el propio dualismo primario. La primera es «jiriki», poder personal, y la segunda «tariki», poder ajeno, o salvación mediante obra frente a fe, etcétera. El hecho, sin embargo, es que «no hay nada que uno pueda hacer o dejar de hacer», jiriki o tariki, para «obtener» lo que siempre es.

25. H. Benoit, *The Supreme Doctrine* (Nueva York, Viking, 1955), p. 177.

26. Ibíd., pp. 178-179.

27. Ibíd., pp. 186-187. Con énfasis en «energía». (La cursiva es mía.)

28. Ibíd., p. 190. (La cursiva es mía.)

29. Ibíd., p. 190.

30. Ibíd., pp. 190-191.

31. Ibíd., p. 55. (La cursiva es mía.)

32. Ibíd., p. 196.

33. Ibíd., p. 206.(La cursiva es mía.)

34. Estamos ahora finalmente en condiciones de señalar que prajna no es realmente independiente de vijnana. Sólo parecen distintos si se toma por real el dualismo primario. De modo que Suzuki, a pesar de haber explicado cuidadosamente la diferencia entre ambos (véase el capítulo segundo), declaró que «prajna es vijnana y vijnana es prajna». *Studies in Zen*, p. 95. Puede que esta declaración les resulte más llevadera a los racionalistas si agregamos que vijnana es el modo de conocimiento caracterizado por el dualismo y prajna el no dual. Pero dado que todo dualismo

es ilusorio, vijnana es en realidad prajna. La unidad es diversidad, la diversidad es unidad.

Por consiguiente, no es necesario detener el proceso del pensamiento para despertar prajna. Por el contrario, cuando *vemos* a través del dualismo primario, el pensamiento es prajna. Podríamos decir que prajna se experimenta directamente incluso cuando se piensa, siempre y cuando no haya pensador (o mientras el pensador sea el pensamiento; es decir, mientras no se tome por real el dualismo primario). De ahí que Wei Wu Wei defina *wu-nien* como «lo que el pensamiento es cuando no hay pensador». Sin embargo, la distinción entre vijnana y prajna es «real», mientras tomemos el dualismo primario como «real».

Pero, por razones prácticas, la única forma de ver a través del dualismo primario consiste en suspender virtualmente el pensamiento, cuando pasa a ser evidente que el pensador no existe. Por consiguiente, el factor 2, «la parada», equivale, en efecto, a detener el dualismo primario, aunque desde un punto de vista pragmático lo que se detiene es el pensamiento, el conocimiento simbolicocartográfico.

¿Invalida esto nuestra equiparación de la conceptualización con la objetivación? Es decir, después de lograr ver a través del dualismo primario y cuando el mundo ya no se percibe como objetos, ¿no deberían también dejar de emerger los conceptos en la Mente? No; los conceptos seguirán emergiendo, al igual que los «objetos», pero así como los «objetos» ya no parecen «objetivos» (es decir, «externos»), los conceptos también habrán dejado de ser «conceptuales» (es decir, «objetos del pensamiento», como los define el diccionario). Así como los «objetos» siguen existiendo, pero ahora ya sin «sujeto independiente», los conceptos no dejarán de emerger, pero sin tener ahora ningún «concebidor independiente». Sujeto = objeto, concebidor = concepto. Así como antes los conceptos parecían relativos al universo, ahora son simples movimientos del mismo.

En este punto, debemos hacer también algún comentario sobre el interés actual por los dos hemisferios del cerebro y su vinculación con los dos modos complementarios del conocimiento. El hemisferio derecho es sede del conocimiento intuitivo, holístico e irracional, mientras que el izquierdo lo es del conocimiento lógico, racional y analítico. Véase, por ejemplo, *Psychology of Consciousness*, de Ornstein, que es una excelente introducción a dicho campo, aunque ocasionalmente confunda prajna con el conocimiento del hemisferio derecho. Sin restarle importancia a dicha investigación, debemos subrayar que el conocimiento «intuitivo» del hemisferio derecho no debe confundirse con prajna, que es eso denominado modo segundo y no dual de conocimiento. El conocimiento del hemisferio derecho es holístico, ve «conjuntos de pautas». En cierto sentido, podríamos decir que prajna es también holístico, pero, por otra parte, cuan-

do un maestro del Zen contempla un tallo de hierba y ve en él la totalidad del universo, difícilmente podemos considerarlo un conjunto de pautas; prajna no ve unidad, ve unidad/diversidad. El conocimiento del hemisferio derecho es también irracional, pero, como ya hemos explicado, prajna no es irracional ni antirracional; puede que sea prelógico, pero nunca antilógico; prajna es lógico cuando no hay pensador. Los conocimientos de los hemisferios derecho e izquierdo pertenecen más bien al conocimiento dualista, que hemos denominado primer modo de conocimiento. No cabe duda de que representan polos opuestos del conocimiento dualista, pero ambos son dualistas. Estamos de acuerdo con Ornstein en que el conocimiento del hemisferio derecho y el del izquierdo son como el Yin y el Yang, claro y oscuro, opuestos complementarios, pero no debemos olvidar que, subyacente en el Yin y el Yang, se encuentra el propio principio conciliador, es decir, el Tao, que en sí es prajna. Por consiguiente, no debemos confundir el conocimiento del hemisferio derecho con prajna, como no confundiríamos el Tao con el principio Yin. Además, no se puede localizar prajna en modo alguno en el hemisferio derecho, ya que como Schroedinger señaló acertadamente: «La localización de la... mente consciente en el cuerpo es sólo simbólica, sirve exclusivamente como ayuda práctica».

35. Shen hui, citado por D. T. Suzuki en *The Zen Doctrine of No Mind* (Londres, Rider, 1970), p. 30.

36. «Ya siempre es el caso» es una frase usada frecuentemente por Franklin Jones. Véase, por ejemplo, *The Knee of Listening* (Los Ángeles, Dawn Horse, 1973).

37. J. Krishnamurti, *The First and Last Freedom* (Wheaton, Quest, 1954), p. 24.

38. Ibíd., pp. 268-269.

39. J. Krishnamurti, *Commentaries on Living*, 1.ª serie (Wheaton, Quest, 1956), pp. 98-99.

40. Krishnamurti, *First and Last Freedom*, pp. 170-171.

41. Ibíd., p. 196. (La cursiva es mía.)

42. J. Krishnamurti, *Talks and Dialogues, Sydney, Australia, 1970* (Sydney, Krishnamurti Books, 1970), p. 75.

43. J. Krishnamurti, *Talks in Europe 1968* (Holanda, Service/Wassenaar, 1969), p. 50. (La cursiva es mía.)

El concepto general del no mensaje de Krishnamurti está admirablemente resumido en la doctrina Mahayana de la mente no permanente (apratistha o «no morada» de la Sutra Vimalakirti; Mujushin o kokoro tomuna del Zen, etcétera). La mente de no morada es la mente que fluye, la mente no bloqueada, sin obstrucciones, la mente sin «vínculos», «bloqueos» ni «paradas» (tomaru). «Zen se ocupa del movimiento de la ins-

tantaneidad... Cuandoquiera o dondequiera (la mente) «para»; esto indica que ha sido afectada por algo externo, que es una ilusión...» (Takuan). «Lo que podríamos denominar una "parada física" procede de una fuente mucho más profunda. Cuando existe la más mínima sensación de miedo a la muerte o apego a la vida, la mente pierde su "fluidez". La fluidez es la ausencia de obstáculos. Una mente libre de todo temor, libre de toda clase de vínculos, es dueña de sí misma y no conoce obstáculos, inhibiciones, detenciones ni impedimentos. Entonces sigue su propio cauce, como el agua. Es como el viento que sopla hacia donde se inclina» (Suzuki). La «obstrucción» principal es el dualismo primario, como lo señala Takuan. Cuando «aquí no hay sujeto» (ego), «allí no hay objeto» (cosas externas); esto es, la no permanencia, el concienciamiento total (factor 3). Decir que «aquí no hay sujeto» significa que no hay ego, ni dualismo primario, ni núcleo alrededor del cual se organice este momento, y dado que es el recuerdo del pensamiento mal interpretado lo que provoca la existencia del dualismo primario, se hace mucho hincapié en el hecho de ver sin imágenes, sin memoria. (Véanse san Juan de la Cruz, Eckhart, etcétera.) En palabras de Eshin Nishimura, «si algún recuerdo queda del espejo, el próximo objeto no podrá reflejarse tal como es en realidad... El yo ordinario suele conservar el recuerdo del objeto cuando ha sido impreso en su memoria y juzga el próximo objeto en relación con dicho recuerdo... Pero el verdadero yo, que es un yo informe, se entiende que está siempre vacío ("aquí no hay sujeto") como un espejo. Vivir cada momento de la propia vida con pleno concienciamiento significa vivir en el pasado y en el futuro en este momento. Por el contrario, vivir sin pleno concienciamiento del momento presente, sólo con recuerdos y expectativas, no es en absoluto la propia vida; es la muerte». El pensamiento es tiempo, el concienciamiento es eternidad.

Paradójicamente, la mente de no morada es fluida y no obstante inmóvil. Todos los objetos están en un estado de pleno flujo (anicca), cambio incesante, mientras que la subjetividad (prajna) permanece eternamente inmóvil; además, son idénticos. Por consiguiente, la mente de no morada se mueve sin moverse.

44. J. Krishnamurti, *Krishnamurti in India 1970-1971* (India, Krishnamurti Foundation, 1971), p. 13. (La cursiva es mía.)

45. Ibíd. (La cursiva es mía.)

46. Ibíd., p. 69.

47. Ibíd., p. 13.

48. A. Osborne, editor, *The Collected Works of Ramana Maharshi* (Londres, Rider, 1959), p. 20.

49. Ibíd., p. 41.

50. Ibíd., pp. 40-41. (La cursiva es mía.)

51. Ibíd., pp. 73-75.
52. Ibíd., p. 85.
53. Suzuki, *Zen Buddhism*, segunda serie, p. 213.
54. Existen diferencias técnicas entre koan y hua tou, pero, esencialmente, son similares.
55. Suzuki, *Zen Buddhism*, segunda serie, p. 117.
56. Garma C. C. Chang, *The Practice of Zen* (Nueva York, Harper and Row Perennial, 1970), pp. 95-99.
57. Ibíd.
58. Lu K'uan Yu (Charles Luk), *The Secrets of Chinese Meditation* (Nueva York, Samuel Weiser, 1971), p. 57.
59. Lu K'uan Yu (Charles Luk), *Practical Buddhism* (Londres, Rider, 1972), p. 23.
60. Suzuki, *Zen Buddhism*, segunda serie, p. 130.
61. Chang, *Practice of Zen*, p. 101.
62. Suzuki, *Zen Buddhism*, segunda serie, p. 143.
63. Ibíd., p. 131.
64. Ibíd., p. 131.
65. Ibíd., p. 62.
66. Suzuki, *Zen Doctrine*, p. 30.
67. *Mu-mon-kan*, 1.er caso, traducido por Philip Kapleau en *The Three Pillars of Zen* (Boston, Beacon Press, 1970).
68. Chang, *Practice of Zen*, p. 68. Véase Eckhart, «Dios es una luz que se ilumina a sí misma en la silenciosa calma».
69. Kapleau, *Three Pillars of Zen*, p. 54.
70. Lu, *Chinese Meditation*, p. 158. (La cursiva es mía.)
71. Ibíd., p. 158. (La cursiva es mía.)
72. *Chuang Tzu*, capítulo cuatro. Según Yutang.
73. Ibíd., capítulo dos. Según Giles.
74. Ibíd., capítulo seis. Según Watson, Yutang.
75. Lionel Giles, *Taoist Teachings* (Londres, John Murray, 1959), pp. 38-39.
76. Ibíd.
77. Véase Eckhart, «si obedeciera perpetuamente la voluntad de Dios (*wu-wei*), en realidad sería virgen, tan desprovisto de ideas perniciosas (*wu-nien*) como cuando nací».
78. De ahí que las tradiciones ortodoxas realcen con tanto énfasis la desvinculación de todo objeto. Véase Eckhart: «He leído muchas obras, tanto de filósofos paganos como de sabios, del Antiguo y del Nuevo Testamento, y he buscado con sinceridad y diligencia las mejores y más elevadas virtudes que le permitan a uno acercarse a Dios, para convertirse entonces una vez más en la imagen original como fue en Dios, cuando to-

davía no había distinción entre Dios y el hombre, antes de que Dios creara las criaturas (objetos). Y habiéndome dividido en la base de las cosas lo mejor que he sabido, he descubierto que no es sino la desvinculación absoluta de todo lo creado... Aquel que permanezca puro y sin mancha, sólo necesita una cosa: separación» (según Blakney).

Esta «separación» se realza también en el budismo (desvinculación: anabhinivesa, mushijaku en sánscrito, wu chih chu en japonés). Compárese también Ramana Maharashi: «Por consiguiente, la desvinculación completa es el único camino para aquel que aspira a la bienaventuranza de la unión con la esposa Liberación». Paradójicamente, la verdadera desvinculación sólo se obtiene cuando uno se convierte en el objeto del que uno pretende desvincularse. En todo caso, lo único que significa la desvinculación es que «no son objetos lo que uno debe aspirar a comprender, sino al observador de los objetos» (*Kausitaki Upanishad* 3.8). La Mente está «por encima» de los objetos, «por encima» de la forma: es trans-forma a fin de que podamos ser transformados. Sin embargo, esto no excluye la forma ni los objetos, ya que el vacío es forma; es visible aun siendo invisible, es divisible aun siendo indivisible.

79. Ésta y las siguientes citas de Wei Wu Wei han sido elegidas al azar en sus obras más profundas: *Open Secret*, *The Tenth Man*, *Posthumous Pieces*, *Ask the Awakened*, y, especialmente, *All Else is Bondage*. Lamentablemente, es bastante difícil conseguir dichas obras, aunque pueden pedirse por encargo a la Buddhist Society de Londres. En algunas ocasiones Wei Wu Wei escribe términos como «sujeto, mente», etcétera, con mayúscula, pero no siempre. Me he tomado la libertad de utilizar mi propio criterio.

80. Destaquemos que el supremo vehículo en todas las tradiciones afirma que el dualismo primario se cura de sopetón. I Corintios 15:51-2: «Mirad, os muestro un misterio; no todos dormiremos, pero todos cambiaremos. En un instante, en un abrir y cerrar de ojos, cuando suene la última trompeta... todos cambiaremos». Este cambio repentino es lo que en el *Lankavatara Sutra* se denomina «asraya-pravritti» (giro repentino en la misma base de la conciencia). Con este «giro» sigue evolucionando el espectro, pero ahora lo hace a partir de avidya y trishna como anteriormente. Tanha (trishna) se convierte en Karuna. Rupan na prithak sunyata sunyataya na prithag rupam. Los niveles individuales se transforman en expresiones perfectas de prajna. Dijo Asanga: «Cuando la octava vijnana se invierte, se alcanza el espejo de la sabiduría universal; cuando la sexta vijnana se invierte, se alcanza la sabiduría de la observación; cuando las cinco vijnanas restantes se invierten, se alcanza la sabiduría del perfeccionamiento de la acción».

81. En la mitología, el Sol y la Luna, Eros y Psique, varón y hembra,

la muerte y la dama (que es con frecuencia la vida), entran en Hrdaya, la cueva del corazón; allí se unen, contraen «matrimonio» (se convierten en uno). Pero puesto que «contraer matrimonio» significa también «morir», y toda muerte radica en el futuro, la pareja —ahora como uno— goza de vida eterna. En cuanto a la Hrdaya, «el corazón es lo mismo que Prajapati, es Brahma, es el todo». *Brhadaranyaka Upanishad* 5.3.

82. Expresión habitual de A. Watts.

83. G. S. Brown, *Laws of Form* (Nueva York, Julian Press), p. V.

84. L. Wittgenstein, *Tractatus Logico-Philosophicus* (Londres, Routledge and Kegan Paul, 1969), p. 149.

85. Brown, *Laws of Form*, p. 105.

86. Suzuki, *Zen Buddhism*, serie tercera, p. 157.

87. Alan Watts, *Behold the Spirit* (Vintage, 1971), p. XXIII.

# BIBLIOGRAFÍA


Alexander, F. G. y Selesnick, S. T. *The History of Psychiatry*. Nueva York: The New American Library (A Mentor Book), 1966.

Alpert, R. (Baba Ram Das). *Be Here Now*. Nuevo México: Lama Foundation, San Cristóbal, 1971.

Allport, G. *The Nature of Personality*. Addison-Wesley, 1950.

— *Pattern and Growth in Personality*, Nueva York: Holt, Rinehart and Winston, Nueva York, 1961.

Andrade, E. N. da C. *An Approach to Modern Physics*. Nueva York: Doubleday Anchor Books, 1957.

Angyal, A. *Neurosis and Tratment: A Holistic Theory*. Nueva York: John Wiley and Sons, 1965.

Aquino, T. *Summa Theologiae*, vol. 1: *The Existence of God*; vol. 2: *The Mind and Power of God*. Nueva York: Doubleday and Co. (Image Books), Garden City, 1969.

Arlow, J. A., y Brenner, C. *Psychoanalytic Concepts and the Structural Theory*. Nueva York: International Universities Press, 1964.

Aronson, E. *The Social Animal*. Nueva York: The Viking Press, 1972.

Assagioli, R. *Psychosynthesis*. Nueva York: A Viking Compass Book, 1965.

Bahm, A. J. *Philosophy of the Buddha*. Londres: Rider and Co., 1958.

Bateson, G. *Steps to an Ecology of Mind*. Nueva York: Ballantine Books, 1972.

Benedictine of Stanbrook. *Mediaeval Mystical Tradition and St. John of the Cross*. Londres: Burns and Oates, 1954.

Benoit, H. *The Supreme Doctrine*. Nueva York: The Viking Press, 1955.

— *Let Go!* Londres: George Allen and Unwin Ltd., 1962.
Berdyaev, N. *Spirit and Reality*. Nueva York: 1939.
— *Freedom and Spirit*. Londres.
— *The Destiny of Man*. Nueva York: Harper and Row (Harper Torchbooks), 1966.
Bergson, H. *Time and Free Will*. Nueva York: Harper and Row (Harper Torchbooks), 1960.
Berne, E. *Games People Play*. Nueva York: Grove Press, 1967.
— *What Do You Say After You Say Hello*. Nueva York: Bantam Book, 1974.
Bharati, A. *The Tantric Tradition*. Nueva York: Anchor Books, Garden City, 1965.
Blake, W. *The Portable Blake*. Editado por A. Kazin. Nueva York: The Viking Press, 1971.
Blakney, R. B., traductor, *Meister Eckhart*. Nueva York: Harper and Row (Harper Torchbooks), 1941.
Blanck, G., y Blanck, R. *Ego Psychology: Theory and Practice*. Nueva York: Columbia University Press, 1974.
Blavatsky, H. P. *The Secret Doctrine* (compendio). Londres: Theosophical Publishing House, 1966.
Blofeld, J. *The Tantric Mysticism of Tibet*. Nueva York: E. P. Dutton and Co., 1970.
— traducción, *The Zen Teaching of Huang Po*. Nueva York: Grove Press, 1958.
— traducción, *The Zen Teaching of Hui Hai on Sudden Illumination*. Londres: Rider and Co., 1969.
Bloom, A. *Shinran's Gospel of Pure Grace*. Arizona: University of Arizona Press, Tucson, 1968.
Blum, G. S. *Psychoanalytic Theories of Personality*. Nueva York: McGraw-Hill Book Co., 1953.
Blyth, R. H. *Zen in English Literature and Oriental Classics*. Nueva York: E. P. Dutton and Co., Inc., 1960.
— *Zen and Zen Classics*, vols. 1-5. Tokyo: Hokuseido Press, 1960, 1962, 1964, 1966, 1970.
Boehme, J. *Six Theosophic Point and Other Writings* Ann Arbor: University of Michigan Press, (Ann Arbor Paperbacks), 1970.

Broad, C. D. *The Mind and its Place in Nature*. Nueva Jersey: Littlefield, Adams and Co., Paterson, 1960.
Bronowski, J. *The Common Sense of Science*. Cambridge: Harvard University Press, 1955.
Brooks, C. *Sensory Awareness*. Nueva York: Viking Press, 1974.
Brown, G. S. *Laws of Form*. Nueva York: The Julian Press, 1972.
Brown, N. O. *Life Against Death - The Psychoanalytic Meaning of History*. Connecticut: Wesleyan University Press, Middletown, 1959.
— *Love's Body*. Nueva York: Vintage Books, 1966.
Buber, M. *I and Thou*. Nueva York: Charles Scribner's Son, 1958.
Bucke, R. *Cosmic Consciousness*. Nueva York: E. P. Dutton, 1923.
Burrow, T. *Science and Man's Behavior*. Nueva York: Greenwood Press, 1968.
Campbell, A. *Seven States of Consciousness*. Nueva York: Perennial Library, 1974.
Campbell, J. *The Hero with a Thousand Faces*. Nueva York: Meridian Books, 1956.
— *The Masks of God: Primitive Mythology*. Nueva York: Viking Compass Book, 1971.
— *The Masks of God: Occidental Mythology*. Nueva York: Viking Compass Book, 1971.
— *The Masks of God: Oriental Mythology*. Nueva York: Viking Compass Book, 1972.
— *The Masks of God: Creative Mythology*. Nueva York: Viking Compass Books, 1971.
Casper, Marvin. «Space Therapy and the Maitri Project», *The Journal of Transpersonal Psychology*, vol. 6, n.º 1, 1974.
Castaneda, C. *Journey to Ixtlan*. Nueva York: Simon and Schuster, 1972.
Chan, W. *The Way of Lao Tzu*. Nueva York: Bobbs-Merrill C., 1963.

Chang, G. C. C. *The Hundred Thousand Songs of Milarepa*. Nueva York: Harper Colophon Books, 1970.
— *The Practice of Zen*. Nueva York: Harper and Row (Perennial Library), 1970.
— *The Buddhist Teaching of Totality*. Pennsylvania: The Pennsylvania State University Press, University Park, 1971.
— traducción, *Teachings of Tibetan Yoga*. Nueva Jersey: Citadel Press, Secaucus, 1974.
Chaudhuri, H. *Philosophy of Meditation*. Nueva York: Philosophical Library, 1965.
Ch'en, D. *Buddhism in China*. Nueva Jersey: Princeton University Press, Princeton, 1964.
Chung-Yuan, C., traductor, *Original Teachings of Ch'an Buddhism*. Nueva York: Pantheon Books, 1969.
— *Creativity and Taoism*. Nueva York: Harper Colophon Books, 1970.
Commins, A. y Linscott, R. N., editores, *Man and The Universe, The Philosophers of Science*. Nueva York: Washington Square Press, 1969.
Conze, E. *Buddhism: Its Essence and Development*. Nueva York: Harper Torchbooks, 1959.
— *Buddhist Meditation*. Nueva York: Harper Torchbooks, 1969.
— *Buddhist Wisdom Books*. Londres: Ruskin House, George Allen and Unwin Ltd., 1970.
— *Buddhist Texts Through the Ages*, (Horner, J. B., Snellgrove, D., y Waley, A., editores). Nueva York: Harper Torchbooks, 1964.
Cooper, D. *Psychiatry and Anti-Psychiatry*. Nueva York: Ballantine Books, 1971.
Coomaraswamy, A. K. *Hinduism and Buddhism*. Nueva York: Philosophical Library, 1942.
— *Time and Eternity*. Suiza: Artibus Asial, Ascona, 1947.
— *The Bugbear of Literacy*. Londres: Dennis Dobson Ltd., 1949.
— *Christian and Oriental Philosophy of Art*. Nueva York: Dover Publications, Inc., 1956.

— *The Transformation of Nature in Art*. Nueva York: Dover Publications, Inc., 1956.
— *The Dance of Shiva*. Nueva York: The Noonday Press, 1957.
— *Buddha and The Gospel of Buddhism*. Nueva York: Harper Torchbooks, 1964.
— *History of Indian and Indonesian Art*. Nueva York: Dover Publications, Inc., 1965.
— *The Mirror of Gesture*. Nueva Delhi: Munshiram Manoharlai, 1970.
— *Elements of Buddhism Iconography*. Nueva Delhi: Munshiram Manoharlai, 1972.
— *The Origin of the Buddha Image*. Nueva Delhi: Munshiram Manoharlai, 1972.
— and Sister Nivedita, *Myths of the Hindus and Buddhists*. Nueva York: Dover Publications, Inc., 1967.
Copleston, Frederick A., *History of Philosophy*, vols. 1-8. Nueva York: Doubleday and Co., (Image Books), Garden City, 1962.
Coville, W. J., Cortello, T. W. y Rouke, F. L. *Abnormal Psychology*. Nueva York: Barnes and Noble, 1971.
Cowell, E. B., ed. *Buddhist Mahayana Texts*. Nueva York: Dover Publications, Inc., 1969.
Dasgupta, Shashi B. *An Introduction to Tantric Buddhism*. California: Shambhala, Berkeley, 1974.
deBary, T., ed. *The Buddhist Tradition*. Nueva York: Modern Library, 1969.
de Broglie, L. *The Revolution in Physics*. Nueva York: Noonday Press, 1953.
de Chardin, T. *The Future of Man*. Nueva York: Harper Torchbooks, 1964.
— *The Phenomenon of Man*. Nueva York: Harper Torchbooks, 1965.
DeLubac, H. *Teilhard de Chardin - The Man and His Meaning*. Nueva York: New American Library (Mentor Omega Book), 1965.
De Ropp, E. *Advaita Vedanta: A Philosophical Reconstruction*. Honolulú: East-West Center Press, 1969.

Dewey, J., y Bentley A. F. *Knowing and the Known*. Boston: Beacon Press, 1949.
Dostoyevsky, F. *Notes from the Underground*. Nueva York: New American Library (Signet), 1961.
Dumoulin, H. *A History of Zen Buddhism*. Boston: Beacon Press, 1963.
Edgerton, F., trad., *The Bhagavad Gita*. Nueva York: Harper Torchbooks, 1964.
Eliade, M. *The Sacred and the Profane*. Nueva York: Harvest Book, 1959.
— *From Primitives to Zen*. Nueva York: Harper and Row, 1967.
— *Images and Symbols*. Nueva York: Sheed and Ward (A Search Book), 1969.
Eliot, C. *Hinduism and Buddhism: An Historical Sketch*, vols. 1-3. Nueva York: Barnes and Noble, 1968.
Enomiya-La Salle, H. M. *Zen-Way to Enlightenment*. Nueva York: Taplinger Publishing House, 1966.
Erikson, E. H. *Childhood and Society*. Nueva York: W. W. Norton and Co., 1963.
— *Insight and Responsibility*. Nueva York: Norton, 1964.
Evans-Wentz, W. Y. *The Tibetan Book of the Dead*. Londres: Oxford University Press, 1968.
— *The Tibetan Book of the Great Liberation*. Londres: Oxford University Press, 1968.
— *Tibetan Yoga and Secret Doctrines*. Londres: Oxford University Press, 1971.
Fadiman, J., y Kewman, D., ed., *Exploring Madness*. California: Brooks/Cole Publishing Co., Monerey, 1973.
Fagan, J., y Sheperd, I. L., ed., *Gestalt Therapy*. Nueva York: Harper Colophon Books, 1970.
Feng, G.-F., y English, J., trad., *Lao Tsu-Tao Te Ching*. Nueva York: Vintage Books, 1972.
— *Chuang Tzu-Inner Chapters*. Nueva York: Vintage Books, 1974.
Fenichel, O. *The Psychoanalytic Theory of Neurosis*. Nueva York: W. W. Norton and Co., 1972.

Ferenczi, S. «Stages in the Development of the Sense of Reality». En *Sex in Psychoanalysis*. Boston: Gorham Press, 1916.

Festinger, L. A. *Theory of Cognitive Dissonance*. Nueva York: Peterson, 1957.

Feuerstein, G. *Textbook of Yoga*. Londres: Rider and Co., 1975.

Frank, P. *Philosophy of Science*. Nueva Jersey: Prentice-Hall, (A Spectrum Book), Englewood Cliffs, 1957.

Frankl, V. W. *The Unconscious God*. Nueva York: Simon and Schuster, 1975.

Fremantle, A., ed., *The Protestant Mystics*. Nueva York: New American Library (A Mentor Book), 1965.

Frey-Rohn, L. *From Freud to Jung*. Nueva York: A Delta Book, 1974.

Freud, A. *The Ego and the Mechanisms of Defense*. Nueva York: International Universities Press, 1946.

Freud, S. *Three Essays on the Theory of Sexuality: Standard Edition*, vol. 7. Londres: Hogarth Press, 1953.

— *Beyond the Pleasure Principle: Standard Edition*, vol. 18. Londres: Hogarth Press, 1955.

— *Totem and Tabbo: Standard Edition*, vol. 13. Londres: Hogarth Press, 1955.

— «Instincts and Their Vicissitudes», *Standard Edition*, vol. 14. Londres: Hogarth Press, 1957.

— «On narcissism: An Introduction», *Standard Edition*, vol. 14. Londres: Hogarth Press, 1957.

— *Dictionary of Psychoanalysis*. Connecticut: Fawcett Premier Book, Greenwich, 1958.

— *Civilization and Its Discontents: Standard Edition*, vol. 20. Londres: Hogarth Press, 1961.

— *The Ego and the Id: Standard Edition*, vol. 19. Londres: Hogarth Press, 1961.

— *The Future of an Illusion*. Nueva York: Doubleday Anchor Book, Garden City, 1964.

— *The Interpretation of Dreams*. Nueva York: Discus Book, 1965.

— *A General Introduction to Psychoanalysis*. Nueva York: Pocket Books, 1971.
Fromm, E. *The Sane Society*. Nueva York: Rinehart, 1955.
— *Psychoanalysis and Religion*. Nueva York: Bantam Books, 1967.
— *Suzuki, D. T., and De Martino, R. Zen Buddhism and Psychoanalysis*. Nueva York: Harper Colophon Books, 1970.
Gardener, H. *The Quest For Mind*. Nueva York: Vintage Books, 1972.
Giles, H. A. *Chuang Tzu*. Shanghai: Kelly and Walch, 1926.
Giles, L. *Taoist Teachings*. Londres: John Jurry, 1959.
Gilson, E. et. al. *Saint Augustine*. Cleveland: World Publishing Co. (Meridian Books), 1964.
Glasser, W. *Reality Therapy*. Nueva York: Harper and Row, 1965.
Goble, F. G. *The Third Force*. Nueva York: Pocket Books, 1974.
Goddard, D., ed., *A Buddhist Bible*. Boston: Beacon Press, 1966.
Goldstein, K. *The Organism*. Nueva York: American Book, 1939.
Goleman, D. «The Buddha on Meditation and States of Consciousness, Part 1: The Theachings» *The Journal of Transpersonal Psychology*, vol. 4. nº 1, 1972.
— «The Buddha on Meditation and States of Consciousness, Part 2: A Typology of Meditations Techniques», *The Journal of Transpersonal Psychology*, vol. 4, nº 2, 1972.
Gooch, S. *Total Man*. Nueva York: Ballantine Books, 1974.
Gopi Krishna, *Kundalini: The Evolutionary Energy in Man*. California: Shambala Publications, Berkeley, 1970.
Govinda, Lama A. *Foundations of Tibetan Mysticism*. Nueva York: Samuel Weiser, 1973.
Graham, A. C. *The Book of Lieh-tzu*. Londres: John Murray, 1960.
Graham, Dom A. *Zen Catholicism*. Nueva York: Harvest Book, 1963.

— *Conversations: Christian and Buddhist*. Nueva York: Harvest Book, 1968.
Groddeck, G. *The Book of It*. Nueva York: Vintage Books, 1961.
Grof, S. «Varieties of Transpersonal Experiences: Observations from LSD Psychotherapy», *The Journal of Transpersonal Psychology*, vol. 4, n.º 1, 1972.
— «Theoretical and Empirical Basis of Transpersonal Psychology and Psychotherapy: Observations from LSD Research», *The Journal Transpersonal Psychology*, vol. 5, n.º 1, 1973.
— *Realms of the Human Unconscious*. Nueva York: Viking Press, 1975.
Guénon, R. *Introduction to the Study of the Hindu Doctrines*. Londres: Luzac and Company, 1945.
— *Man and His Becoming-According to the Vedanta*. Londres: Luzac and Company, 1945.
Guenther. H. V. *Buddhist Philosophy In Theory and Practice*. Maryland: Penguin Books Baltimore, 1971.
— *Treasures on the Tibetan Middle Way*. California: Shambala Publication, Berkeley, 1971.
— *Philosophy and Psychology in the Abhidharma*. California: Shambala Publications, Berkeley, 1974.
— trad. *The Life and Teaching of Naropa*. Londres: Oxford University Press, 1963.
— , y Kawamura, L. S., trad. *Mind in Buddhist Psychology*. California: Dharma Publishing, Emeryville, 1975.
— , y Trungpa, C. *The Dawn of Tantra*. California: Shambala, Berkeley, 1975.
Guillaumont, Puech, and Quispel, Tilland, trad. *The Gospel According to Thomas*. Nueva York: Harper, 1959.
Hakeda, Y. S., trad. *The Awakening of Faith*. Nueva York: Columbia University Press, 1967.
Hammond, G. B. *The Power of Self-Transcendence*. St. Luis: Bethany Press, 1966.
Harper, R. A. *Psychoanalysis and Psychotherapy*. Englewood Cliffs: Spectrum Book, 1959.

Harris, T. A. *I'm O.K.-You're O.K.* Nueva York: Avon Books, 1969.
Hartmann, H. *Ego Psychology and the Problem of Adaptation*. Nueva York: International Universities Press, 1958.
Hartshorne, C. *The Logic of Perfection*. Illinois: Open Court Publishing Company, 1973.
Heidegger, M. *Being and Time*. Nueva York: Harper, 1962.
Heisenberg, W. *The Psysicit's Conception of Nature*. Nueva York: Harcourt, Brace, 1958.
— *Physics and Philosophy: The Revolution in Modern Science*. Nueva York: Harper, 1958.
Henry, J. *Culture Against Man*. Nueva York: Random House, 1963.
Herberg, W., ed. *The Writings of Martin Buber*. Cleveland: World Publishing Company (Meridan Books), 1968.
Hook, S., ed. *Dimensions of Mind*. Nueva York: Collior Books, 1973.
Horney, K. *The Neurotic Personality of Our Time*. Nueva York: Norton Library, 1968.
— *Self-Analysis*. Nueva York: Norton Library, 1968.
Howe, E. G. *Cure or Heal?* Londres: George Allen y Unwin, 1965.
— , y Le Mesurier, L. *The Open Way*. Londres: John M. Watkins, 1958.
Huang, A. C. *Embrace Tiger, Return to Mountain*. Utah: Real People Press, Moab, 1973.
Hume, R. E., trad. *The Thirteen Principal Upanishads*. Londres: Oxford University Press, 1974.
Humphreys, C. A. *Western Approach to Zen*. Londres: George Allen y Unwin, 1971.
Huxley, A. *The Perennial Philosophy*. Nueva York: Harper y Row (Harper Colophon Books), 1970.
Hyers, M. C. *Zen and the Comic Spirit*. Londres: Rider and Company, 1974.
Jacobi, J. *The Psychology of C. G. Jung*. Londres: Routledge y Kegan Paul, 1968.
James, M. R. *The Apocryphal New Testament*. Londres: Oxford, 1924.

James, W. *The Principles of Psychology*, vol. 1-2. Nueva York: Kover Publications, 1950.
— *The Varieties of Religious Experience*. Nueva York: Collier Books, 1961.
Johnson, H. A., y Thustrup, N., ed. *A Kierkegaard Critique*. Chicago: Henry Regnery Company (First Gateway Edition), 1967.
Johnson, R. C. *Watcher on the Hills*. Nueva York: Harper y Row, 1959.
Johnston, W. *The Still Point*. Nueva York: Perennial Library, 1971.
Jones, F. (Bubba Free John) *The Knee of Listening*. Los Angeles: Dawn Horse Press, 1973.
— *The Method of the Siddhas*. Los Angeles: Dawn Horse Press, 1973.
— *Garbage and the Goddess*, Editado por S. Bonder y T. Patten. California: Dawn Horse Press, Lower Lake, 1974.
Jung, C. G. *Modern Man in Search of a Soul*. Nueva York: Harcourt Brace, 1936.
— *Analytical Psychology: Its Theory and Practice*. Nueva York: Vintage Book, 1968.
— *Psychology and Religion*. New Haven: Yale University, 1971.
— *Man and His Symbols*. Nueva York: Dell Publishing Company, 1972.
— *The Portable Jung*, Edited by J. Campbell. Nueva York: Viking Press, 1972.
— (Adler, G., Fordham, M., and Read, H., ed.; Hull, R. F. C., trad.) *The Collected Works of C. G. Jung*, Bolligen series XX, Princeton, Princeton University Press.
*Symbols of Transformation*, Collected Works 5.
*Psychological Types*, Collected Works 6.
*Two Essays on Analytical Psychology*, Collected Works 7.
*The Structure and Dynamics of the Psyche*, Collected Works 8.
*The Archetypes and the Collective Unconscious*, Collected Works 9, Part 1.

*Aion — Researches into the Phenomenology of the Self*, Collected Works 9, Part II.
*Mysterium Coniunctionis*, Collected Works 14.
Kapleau, P., ed. *The Three Pillars of Zen*. Boston: Beacon Press, 1965.
— *The Wheel of Death*. Nueva York: Harper y Row, 1971.
Kato, B., Tamura, Y., y Meyasaka, K., trad. *The Three Fold Lotus Sutra*. Nueva York: Weatherhill/Kosei, 1975.
Keleman, S. *Your Body Speaks Its Mind*. Nueva York: Simon y Schuster, 1975.
Kennett, J. *Selling Water by the River*. Nueva York: Vintage Books, 1972.
Kent, J., y Nicholls, W. *I AMness*. Nueva York: Bobbs-Merril Company, 1972.
Kern, H., trad. *Saddharma Pundarika or the Lotus of the Truel Law*. Nueva York: Dover Publications, 1963.
Kierkegaard, S. *The Concept of the Dread*, Traducido por W. Lowrie. Princeton: Princeton University Press, 1944.
Koestler, A. *The Lotus and the Robot*. Nueva York: Harper Colophon Books, 1966.
Korzybski, A. *Science and Sanity*. Connecticut: International Non-Aristotelian Library Publishing Company, Lakeville, 1948.
Krippner, S., ed. «The Plateau Experience: A. H. Maslow y otros». *The Journal of Transpersonal Psychology*, vol. 4, 1972.
Krishnamurti, J. *The First and Last Freedom*. Wheaton: Quest Book, 1954.
— *Commentaries on Living*, 1ª, 2ª y 3ª serie. Wheaton: Quest Book, 1968.
— *Freedom from the Known*. Nueva York: Harper y Row, 1969.
— *Talks In Europe, 1968*. Netherlands: Servire/Wassenaar, 1969.
— *Krishnamurti Talks and Dialogues*. South Australia; Griffin Press, Netley, 1970.
— *Talks and Dialogues, Sidney, Australia, 1970*. Sydney: Krishnamurti Books, 1970.

— *Krishnamurti in India, 1970-71*. India: Krishnamurti Foundation, 1971.
— *Tradition and Revolution*. India: Krishnamurti Foundation, 1972.
Kuhn, T. *The Structure of Scientific Revolutions*. Chicago: University of Chicago Press, 1962.
La Barre, W. *The Human Animal*. Chicago: University of Chicago Press, 1954.
Lacan, J. «The insistence of the letter in the unconscious», *Structuralism*, Ehrmann, J. ed., Nueva York: Doubleday Anchor, 1970.
Laing, R. D. *Interpersonal Perception*. Nueva York: Perennial Library, 1966.
— *The Politics of Experience*. Nueva York: Ballantine Books, 1967.
— *Knots*. Nueva York: Pantheon Books, 1970.
— *The Politics of the Family*. Nueva York: Phanteon Books, 1971.
— , y Cooper, D. G. *Reason and Violence*. Nueva York: Vintage Book, 1971.
Legge, J., trad. *The Texts of Taoism*. Nueva York: Julian Press, 1959.
Leggett, T., trad. *A First Zen Reader*. Vermont: Charles E. Tuttle Company, Rutland, 1971.
Leonard, G. G. *The Transformation*. Nueva York: Delta Book, 1973.
Lévi-Strauss, C. *Structural Anthropology*. Nueva York: Basic, 1963.
Lilly, J. C. *The Center of the Cyclone, And Autobiography of Inner Space*. Nueva York: Julian Press, 1972.
Linssen, R. *Living Zen*. Nueva York: Grove Press, 1960.
Loevinger, J. *Ego Development*. San Francisco: Jossey-Bass, 1976.
Lonergan, B. *Insight, A Study of Human Understanding*: Nueva York: Philosophical Library, 1970.
Longchenpa. *Kindly Bent to Ease Us*. vols. 1-2, (Guenther, H. V., trad.) California: Dharma Publishing, Emervylle, 1975.

Lowen, A. *The Betrayal of the Body*. Nueva York: Macmillan, 1967.
— *The Languaje of the Body*. Nueva York: Macmillan, 1967.
— *Depression and the Body*. Maryland: Penguin Books Baltimore, 1973.
Luk, C. *Chán and Zen Teaching*, Series 1-3 Londres: Rider and Company, 1960, 1961, 1962.
— *The Secrets of Chinese Meditation*. Nueva York, Samuel Weiser, 1971.
— *Practical Buddishm*. Londres: Rider and Company, 1972.
— ,trad. *The Surangama Sutra*. Londres: Rider and Company, 1969.
— ,trad. *The Vimalakirti Nirdesa Sutra*. California: Shambala, Berkeley, 1972.
— *The Transmission of the Mind Outside The Teaching*. Nueva York: Grove Press, 1975.
Maddi, S. R. *Personality Theories: A Comparative Analysis*. Illinois: Dorsey Press, Homewood, and Ontario: Irwin-Dorsey Limited, Georgetown, 1968.
Malinowski, B. *Magic, Science and Religion*. Nueva York: Doubleday Anchor Books, Garden City, 1954.
Marcel, G. *Philosophy of Existence*. Nueva York: Philosophical Library, 1949.
Marcusse, H. *Eros and Civilization*. Boston: Beacon, 1955.
Martin, P. W. *Experiment in Depht*. Londres: Routledge and Kegan Paul, 1967.
Maslow, A. H. *Toward a Psychology of Being*. Nueva York: Van Nostrand Reinhold Company, 1968.
— *Religions, Values and Peak-Experiences*. Nueva York: Viking Compass Book, 1970.
— *The Farther Reaches of Human Nature*. Nueva York: Viking Compass Book, 1971.
Masters, R., y Houston, J. *The Varieties of Psychedelic Experience*. Nueva York: Dell (Delta), 1967.
Masunaga, R., trad. *A Primer of Soto Zen*. Honolulu: East-West Center Press, 1971.

Matics, M. L., trad. *Entering the Path of Enlightenment*. Londres: MacMillan Company, 1970.
Matson, F. W. *The Broken Image*. Nueva York: Doubleday and Company (Anchor Books), Garden City, 1966.
May, R. *Love and Will*. Nueva York: W. W. Norton and Company, 1969.
— *Paulus. Nueva York: Harper y Row, 1973.*
— *ed. Existential Psychology*. Nueva York: Random House, 1969.
McDermott, J. J., ed., *The Writings of William James*. Nueva York: Random House (The Modern Library), 1968.
McGovern, W. M. *An Introduction to Mahayan Buddhism*. Nagar. Sahityaratan Malakaryalaya, 1968.
McLuhan, M. *The Gutenberg Galaxy*. Nueva York: Signet Book, 1969.
Merrell-Wolff, F. *Pathways Throught to Space: A personal Record of Transformation in Consciousness*. Nueva York: Richard R. Smith.
Merton, T. *Mystics and Zen Masters*. Nueva York: Delta Book, 1967.
— , comp. *The Way of Chuang Tzu*. Nueva York: New Directions, 1969.
Mitchell, E. D. *Psychic Exploration*. Nueva York: Capricorn Books, 1976.
Miura I, y Sasaki, R. F. *Zen Dust* Nueva York: Harcourt, Brace y World, 1966.
Monroe, R. *Journeys Out of the Body*. Nueva York: Doubleday, 1972.
Murphy, G. *Psychological Thorught from Pythagoras to Freud*. Nueva York: Original Harbinger Book, 1968.
— , y Murphy, L. B. *Asian Psychology*. Nueva York, Basic Books, 1968.
Murti, T. R. V. *The Central Philosophy of Buddhism*. Londres: George Allen y Unwin 1960.
Musès, C., y Young, A. M., ed. *Consciousness and Reality*. Nueva York: Discus Books, 1974.
Naranjo, C., y Ornstein, R. E. *On the Psychology of Meditation*. Nueva York: Viking Press, 1973.

Needham J. *Science and Civilitazion in China*, vol. 2. Londres: Cambridge University Press, 1956.
Needleman, J. *The New Religions*. Nueva York: Pocket Books, 1972.
Neumann, E. *The Origins and History of Consciousness*. Princeton: Princeton University Press, 1973.
Nicholas of Cusa (Salter, E. G.), trad. *The Vision of God*. Nueva York: Frederick Ungar Publishing Company, 1969.
Nishada, K. *Intelligibility and the Philosophy of Nothingness*. Honolulu: East-West Center Press, 1958.
Northrop, F. S. C. *The Meeting of East and West*. Nueva York: Collier Books, 1968.
Novak, M. *The Experience of Nothingness*. Nueva York: Harper y Row (Harper Colophon Books), 1971.
Ornstein, R. E. *The Psychology of Consciousness*. San Francisco: W. H. Freeman and Company, 1972.
Otto, R. *Mysticism East and West*. Traducido por B. L. Bracey, y R. C. Payne, Nueva York: MacMillan Company, 1960.
Ouspensky, P. D. *The Fourth Way*. Nueva York: Knopf.
Pearce, J. C. *The Crack in the Cosmic Egg*. Nueva York: Julian.
Pears, D. *Ludwig Wittgenstein*. Nueva York: Viking Press, 1971.
Perls, F. S. *Ego, Hunger and Agression*. Nueva York: Vintage Book, 1969.
— *Gestalt Therapy Verbatim*. California: Rea People Press, Lafayette, 1969.
— , Hefferline, R. F., y Goodman, P. *Gestalt Therapy*. Nueva York: Dell (Delta Book), 1951.
Peterson, S. *A Catalog of the Ways People Grow*. Nueva York: Ballantine Books, 1971.
Piaget, J. *The Child's Conception of the World*. Londres: Humanities Press, 1951.
— *The Construction of Reality in the Child*. Nueva York: Basic Books, 1954.
— *Structuralism*. Nueva York: Basic Books, 1970.
Polster, E., y Poster, M. *Gestalt Therapy Integrated*. Nueva York: Vintage Books, 1974.

Prabhavandada, y Isherwood, C., trad. *Shanhara's Crest-Jewel of Discrimination*. Nueva York: Metor Book, 1970.

Price, A. F., y Mou-Lam, W., trad. *The Diamond Sutra and The Sutra of Hui Neng*. California: Shambala Publications, Berkeley, 1969.

Pursglove, P. D. ed. *Recognitions in Gestalt Therapy*. Nueva York: Harper Colophon Books, 1968.

Putney, S., y Putney, G. J. *The Adjusted American: Normal Neurosis in the Individual and Society*. Nueva York: Harper Colophon Books, 1966.

Ramana Maharshi. *The Spiritual Teaching of Ramana Maharshi*. California: Shamabala, Berkeley, 1972.

— *The Collected Works of Ramana Maharshi*. Edited by A. Osborne. Londres: Rider and Company, 1959.

— *The Teaching of Bhagavan Sri Ramana Maharshi in His Own Words*. Editado por A. Osborne. Londres: Rider and Company, 1962.

Rank, O. *The Myth of the Birth of the Hero*. Nueva York: Nervous and Mental Disease Publishing Company, 1914.

Reck, A. J. *The New American Philosophers*. Nueva York: Delta Book, 1970.

Reich, W. *The Function of the Orgasm*. Nueva York: Orgone Institute Press, 1942.

— *Character Analysis*. Nueva York: Farrar, Straus and Giroux, 1949.

Richardson, H. W., and Cutler, D. R., ed. *Transcendence*. Boston: Beacon Press, 1969.

Ricoeur, P. *Freud and Philosophy: And Essay on Interpretation*. New Haven: Yale University Press, 1970.

Ring, K., «A transpersonal view of consciousness», *Journal of Transpersonal Psychology*, vol. 6, n.º 2, 1974.

Rogers, C. R. *On Becoming a Person*. Boston: Houghton Mifflin, 1961.

Rossi, I., ed. *The Unconscious In Culture*. Nueva York: E. P. Dutton and Company, 1974.

Roszak, T., ed. *Sources*. Nueva York: Harper y Row (Harper Colophon Books), 1972.

Ruesch, J., y Bateson, G. *Communication*. Nueva York: Norton Library, 1968.

Ruitenbeck, H. M. *Psychoanalysis and Existencial Philosophy*. Nueva York: Dutton Paperback, 1962.

Russell, B. *A History of Western Philosophy*. Nueva York: Simon y Schuster, 1945.

Rycroft, C. *A Critical Dictionary of Psychoanalysis*. New Jersey: Littlefield, Adams and Company, Totowa, 1973.

Saint John of the Cross. *Dark Night of the Soul*. Nueva York: Doubleday and Company (Image Books), Garden City, 1959.

— *Ascent of Mount Carmel*. Trad. y ed. E. A. Peers, Nueva York; Doubleday and Company (Image Books), Garden City, 1958.

Sanford, J. H., y Wrightsman, L. S., Jr. *Psychology A Scientific Study of Man*. California (Image Books), Garden City, 1958.

Sartre, J. P. *Existencial Psychoanalysis*. Chicago: Gateway Edition, 1966.

Schaff, A. *Languaje and Cognition*. Nueva York: McGrav-Hill Book Company, 1973.

Schapero, S. A. «A Classification Scheme for Out-of-Body Phenomena». En *Journal of Altered States of Consciousness*, vol. 2, n.º 3, 1975-76.

Schaya, L. *The Universal Meaning of the Kabbalah*. Maryland: Penguin Books, Baltimore, 1973.

Schroedinger, E. *My View of the World*. Londres: Cambridge University Press, 1964.

— *What is Life? and Mind and Matter*. Londres: Cambridge University Press, 1969.

Schumann, H. W. *Buddhism, And Outline of its Teaching and Schools*. Londres: Rider and Company, 1973.

Schuon, F. *In the Tracks of Buddhism*. London: George Allen and Unwin 1968.

— *The Trascendent Unity of Religions*. Nueva York: Harper Torchbooks, 1975.

— *Logic and Trascendence*, trad. P. N. Townsend.

Senzaki, N., y McCandless, R. S. *Buddhism and Zen*. Nueva York: Philosophical Library, 1953.
Sgam. Po. Pa (Guenther, H. V.), trad. The Jewel Ornament of Liberation. Londres: Rider and Company, 1970.
Shan, I. *The Way of the Sufi*. Nueva York: Dutton Paperback, 1970.
Sharma, C. *Indian Philosophy: A Critical Survey*. Londres: Barner y Noble, 1962.
Shibayama, Zenkei. *A Flower Does Not Talk*. Vermont: Charles E. Tuttle Company, Rutland, 1970.
— *Zen Comments on the Mumonkan*. Nueva York: Harper y Row, 1974.
Siu, G. H. *The Tao Science*. Nueva York: Technology Press and John Wiley and Sons, 1957.
Skinner, B. F. *Walden Two*. Nueva York: Macmillan, 1948.
Smith, H. «The Relation Between Religious». In *Main Currents*, vol. 30, n.º 2.
Soloman, P., y Patch, V. D. *Handbook of Psychiatry*. Canadá: Lange Medical Publications, 1969.
Stcherbatsky, T. *Buddhist Logic*, vols. 1-2. Nueva York: Dover Publications, 1962.
— *The Central Conception of Buddhism and the Meaning of the Word «Dharma»*. India: Motilal Banarsidass, Delhi, 1970.
Strauss, A., ed. *George Herbert Mead on Social Psychology*. Chicago: University of Chicago Press, 1964.
Streng, F. J. *Emptiness —A Study in Religious Meaning*. Nashville: Abingdon Press, 1967.
Strik, L., ed. *World of the Buddha: A Reader from the «Three Basket's» to Modern Zen*. Nueva York: Doubleday Anchor Book, 1969.
— , e Ikemoto, T., ed. y trad. *Zen: Poems, Prayers, Sermons, Anecdotes Interviews*. Nueva York: Doubleday and Company (Anchor Books), Garden City, 1963.
Sullivan, H. S. *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. Nueva York: Norton, 1953.
Sullivan, J. W. N. *The Limitations of Science*. New York: Mentor Books, 1949.

Suzuki, B. L. *Mahayana Buddishm*. Toronto: MacMillan Company, 1969.
Suzuki, D. T. *Studies in Zen*. Nueva York: Dell Publishing (A Delta Book), 1955.
— *Manual of Zen Buddhism*. Nueva York: Grove Press, 1960.
— *Outlines of Mahayana Buddhism*. Nueva York: Schocken Books, 1963.
— *Studies in the Lankavatara Sutra*. Londres: Routledge and Kegan Paul, 1968.
— *Mysticism: Christian and Buddhist*. Nueva York: MacMillan Company, 1969.
— *Essays in Zen Buddhism*, 1ª, 2ª y 3ª serie. Londres: Rider and Company, 1970.
— *Shin Buddhism*. New York: Harper y Row, 1970.
— *The Zen Doctrine of No Mind*. Londres: Rider and Company, 1970.
— *Zen and Japanese Culture*. Princeton: Princeton University Press, 1970.
— *Living by Zen*. Londres: Rider and Company, 1972.
— , trad. *The Lankavatara Sutra*. Londres: Routledge y Kegan Paul, 1968.
Suzuki, S. *Zen Mind, Beginner's Mind*. Nueva York: Walker, Weatherhill, 1970.
Swearer, D. K. *Secrets of the Lotus*. Nueva York: MacMillan Company, 1971.
Takakusu, J. *The Essentials of Buddhist Philosophy*. Honolulu: University of Hawaii, 1956.
Tart, C. T. *Altered States of Consciousness*. Nueva York: Anchor Books, Garden City, 1969.
— , ed. *Transpersonal Psychologies*. Nueva York: Harper y Row, 1975.
Thera, N. *The Heart of Buddhist Meditation*. Londres: Rider and Company, 1972.
Thibaut, G. trad. *The Vedànta Sutras of Bàdàryana*, Partes 1 y 2. Nueva York: Dover Publications, 1962.
Tillich, P. *The Courage To Be*. New Haven: Yale University Press, Connecticut, 1952.

Tohei, K. *Akido in Daily Life*. Tokyo: Rikugei Publishing House, 1966.
Trevor, M. H., trad. *The Ox and His Herdsman*. Tokyo: Hokuseido Press, Chiyoda-ku, 1969.
Trungpa, C. *Cutting Through Spiritual Materialism*. California: Shambhala, Berkeley, 1973.
— *The Myth of Freedom* Shambhala, Berkeley, California, 1976.
Tsunoda, R., DeBary, W. T., y Keene, D., comp. *Sources of Indian Tradition*, vol. 1. Nueva York: Columbia University Press, 1958.
— *Sources of Chinese Tradition*, vol. 1. Nueva York: Columbia University Press, 1969.
— *Sources of Japanese Tradition*, vol. 1. Nueva York: Columbia University Press, 1969.
Tulku, T., ed. *Reflections of Mind*. California: Dharma Publishing, Emeryville, 1975.
Underhill, E., ed. *The Cloud of Unknowing*. Londres: Stuart y Watkins, 1970.
Vivekananda, S. *Raja Yoga*, 2ª edición. Nueva York: Ramadrishna-Vivekananda Center, 1956.
Van der Leeuw, J. J. *The Conquest of Illusion*. Wheaton: Quest Book, 1968.
von Bertalanffy, L. *General System Theory*. Nueva York: George Braziller, 1968.
— *Robots, Men and Minds*. Nueva York: George Braziller, 1969.
von Durkcheim, K. G. *The Way of Transformation*. Londres: George Allen y Unwin, 1971.
Waley, A. *The Way and Its Power*. Nueva York: Grove Press, 1958.
Warren, H. C., trad. *Buddhism In Translation*. Nueva York: Atheneum, 1970.
Wartofsky, M. W. *Conceptual Foundations of Scientific Thought*. Nueva York: MacMillan Company, 1968.
Watson, B., trad. *The Complete Works of Chuang Tzu*. Nueva York: Columbia University Press, 1968.

Watts, A. W. *The Way of Zen*. Nueva York: Vintage Books, 1957.
— *The Wisdom of Insecurity*. Nueva York: Vintage Books, 1968.
— *Psycotherapy East and West*. Nueva York: Ballantine Books, 1969.
— *The Two Hands of God*. Nueva York: Collier Books, 1969.
— *The Book: On the Taboo Against Knowing Who You Are*. Nueva York: Collier Books, 1970.
— *Myth and Ritual in Christianity*. Boston: Beacon Press, 1970.
— *Behold the Spirit*. Nueva York: Vintage, 1971.
— *The Supreme Identity*. Nueva York: Vintage Books, 1972.
Wayman, A. *The Buddhist Tantras*. Nueva York: Samuel Weiser, 1973.
Wei Wu Wei. *Ask the Awakened*. Londres: Routledge and Kegan Paul, 1963.
— *The Tenth Man*. Hong Kong: Hong Kong University Press, 1966.
— *Posthumous Pieces*. Hong Kong University Press, Hong Kong, 1968.
— *All Else is Bondage*. Hong Kong: Hong Kong University Press, 1970.
— *Open Secret*. Hong Kong: Hong Kong University Press, 1970.
Weil, A. *The Natural Mind*. Boston: Houghton Mifflin Company, 1972.
Weiner, H. *9 1/2 Mystics —The Kabbala Today*. Nueva York: Collier Books, 1973.
Weiner, N. *The Human Use of Human Beings*. Nueva York: Doubleday (Anchor), 1956.
Welch, H. *Taoism (The Parting of the Way)*. Boston: Beacon Press, 1970.
White, J. *Everything You Want to Know About TM Including How to Do It*. Nueva York: Pocket Books, 1976.
— , ed. He Highest State of Consciousness. Nueva York: Anchor Books, Garden City, 1972.

— , ed. *What Is Meditation?* Nueva York: Anchor Books, Garden City, 1972.
— , y Fadiman, J., ed. *Relax*. Nueva York: Confucian Press, 1976.
White, M. *Social Thought in America*. Boston: Beacon Press, 1961.
Whitehead, A. N. *Modes of Thought*. Nueva York: Macmillan Company (A Free Press Paperback), 1966.
— *Adventures of Ideas*. Nueva York: Macmillan Company (The Free Press), 1967.
— *Science and the Modern World*. Nueva York: Macmillan Company (The Free Press), 1967.
— *Process and Reality*. Nueva York: Macmillan Company (The Free Press), 1969.
— , y Russel, B. *Principia Mathematica*. London: Cambridge University Press, 1967.
Whorf, B. L. *Collected Paper on Metalinguistics*. Washington, D. C.: Department of State, Foreign Service Institute, 1952.
— , y Carroll, J. B. ed. *Language Though and Reality*. Cambridge: M. I. T. Press, 1956.
Whyte, L. L. *The Next Development in Man*. Nueva York: New American Library (Mentor Books), 1950.
Wilber, K. «The Spectrum of Consciousness». In *Main Currents*, vol. 31, n.º 2, Noviembre-Diciembre, 1974.
— «Psychologia Perennis: The Spectrum of Consciousness». In *Journal of Transpersonal Psychology*, vol. 7, n.º 2, 1975.
— «The Ultimate States of Consciousness». In *Journal of Altered States of Consciousness*, vol. 2, n.º 3, 1975-1976.
Wilde, J. T., y Kimmel, W., trad. y ed. *The Search for Being*. Nueva York: Farrar, Straus y Giroux (The Noonday Press), 1962.
Wilden, A. *Languaje of the Self*. Nueva York: John Hopkins, 1968.
Wilhelm, R., trad. *The Secret of the Golden Flower*. Nueva York: Harvest Book, 1962.

Wilson, C. *The Outsider*. Nueva York: Houghton Mifflin, 1967.
Wing-Tsit Chan, trad. *A Source Book in Chinese Philosophy*. Princeton: Princeton University Press, 1972.
Wittgenstein, L. *Philosophical Investigations*. Oxford: B. Blackwell, 1953.
— *Tractatus Logico Philosophicus*. Londres: Routledge y Kegan Paul, 1969.
Wolman, B. B. *Handbook of General Psychology*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1973.
Woodroffe, J. *The Serpent Power*. Madras: Ganesh, 1964.
Wu, J. C. H. *The Golden Age of Zen*. National War College, 1967.
Yampolsky, P. B., trad. *The Platform Sutra of the Sixth Patriarch*. Nueva York: Columbia University Press, 1967.
— , trad. *The Zen Master Hakuin; Selected Writings*. Nueva York: Columbia University Press, 1971.
Yankelovich, K., y Varett, W. *Ego and Instinct*. Nueva York: Vintage Books, 1971.
Yu-Lan, F. *A History of Chinese Philosophy*, vols. 1-2. Princeton: Princeton University Press, 1952, 1953.
Yutang, L. *The Wisdom of China and India*. Nueva York: Modern Library, 1942.
Zaehner, R. C. *Zen, Drugs and Mysticism*. Nueva York: Pantheon Books, 1972.
Zimmer, H. *Myths and Symbols in Indian Art and Civilization*. Nueva York: Harper Torchbooks, 1962.
— *Philosophies of India*. London: Routledge y Kegan Paul, 1969.
— *The King and the Corpse*. Princeton: Princeton University Press, 1973.

# ÍNDICE

*Agradecimientos* . . . . . 9

*Introducción* . . . . . 11

PRIMERA PARTE: Evolución . . . . . 15

1. Prólogo . . . . . 17
2. Dos modos de saber . . . . . 35
3. La realidad como conciencia . . . . . 60
4. Tiempo/eternidad, espacio/infinidad . . . . . 102
5. Evolución del espectro . . . . . 132
6. Estudio de las tradiciones . . . . . 198

SEGUNDA PARTE: Involución . . . . . 241

7. Integración de la sombra . . . . . 243
8. El gran filtro . . . . . 280
9. El hombre como centauro . . . . . 306
10. Una tierra de nadie . . . . . 334
11. Aquello que está siempre listo . . . . . 375

*Referencias y notas* . . . . . 433

*Bibliografía* . . . . . 461